



**ESCUELA DE POSGRADO**  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Programa de habilidades sociales en la agresividad de  
adolescentes de cuarto de secundaria de una institución  
educativa de Paiján.**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:**

Maestra en Intervención Psicológica

**AUTORA:**

Ps. Flores Rodríguez, Rosa Anita

0000-0002-0215-9029

**ASESOR:**

Ms. Merino Hidalgo Darwin Richard

0000-0001-9213-0475

**SECCIÓN:**

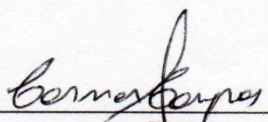
Humanidades

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Modelo de prevención y promoción

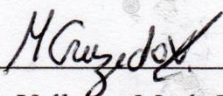
**PERÚ – 2019**

## PÁGINA DEL JURADO



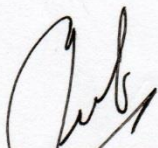
Dra. Campos Maza Carmen Cristina

Presidente



Dr. Cruzado Vallejos, María Peregrina

Secretaria



Ms. Merino Hidalgo Darwin Richard

Vocal de la mesa del Jurado

## DEDICATORIA

*A Dios por haberme dado la vida y por haberme guiado en cada paso de mi vida, bendiciéndome y protegiéndome en todo momento.*

*A mis papás, Rosa y Sergio, por haberme formado en un hogar con valores, por apoyarme siempre y ser el motor para ser mejor cada día.*

*A mi hijo André, por ser la fuente de motivación que necesito todos los días para seguir adelante.*

*A mi sobrina Camila, por ser una parte fundamental en mi vida profesional.*

*A mi hermano Cesar, por haberme apoyado y motivado durante mi etapa como estudiante universitaria. A él debo parte de mi esfuerzo y el cumplimiento de mi meta.*

**La autora**

## **AGRADECIMIENTO**

*A la Universidad César Vallejo, por todo lo brindado compartido durante mi tiempo de estudios y formación académica.*

*A los alumnos de la institución educativa que participaron en la realización de esta investigación. Sin su apoyo no habría sido posible.*

*A mis asesores por su dedicación, tiempo y apoyo en la culminación de la presente investigación.*

***La autora***



## **DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD**

Yo, Rosa Anita Flores Rodriguez, estudiante del programa de maestría de psicología educativa de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo, identificada con DNI 70044627, con la tesis titulada "Programa de Habilidades Sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paján." Trujillo 2019.

Declaro bajo juramento que:

- 1) La tesis es de mi autoría.
- 2) He respetado las normas internacionales de citas referencias para las consultas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
- 3) La tesis no ha sido auto plagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
- 4) Los datos presentados en los resultados son reales, no sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por lo tanto los resultados que se presentan en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), auto plagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

Trujillo 05 de agosto del 2019

**Rosa Anita Flores Rodriguez**

**DNI 70044627**

## PRESENTACIÓN

Señores Miembros del Jurado, en cumplimiento del reglamento para la elaboración y la sustentación de la tesis de maestría de la escuela de posgrado de la universidad César Vallejo.

Presenta la tesis titulada Programa de Habilidades Sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján, para obtener el grado de Maestra en Intervención Psicológica.

Este documento consta de ocho capítulos, incorporados a sus páginas preliminares, en los cuales se ha explicado el proceso ocurrido en la mejora de la inteligencia espiritual y están expresados en los resultados de esta investigación.

En tal sentido, esperamos que esta cuente con los requisitos académicos necesarios y logre ser un aporte a nuestra educación, ponemos a vuestro criterio la evaluación de esta tesis.



---

Rosa Anita Flores Rodriguez

## ÍNDICE

|                                                            |     |
|------------------------------------------------------------|-----|
| Página del jurado .....                                    | iii |
| Dedicatoria.....                                           | iv  |
| Agradecimiento .....                                       | v   |
| Declaratoria de autenticidad .....                         | vi  |
| Presentación.....                                          | vii |
| RESUMEN .....                                              | xi  |
| ABSTRACT .....                                             | xii |
| <b>I. INTRODUCCIÓN .....</b>                               |     |
| <b>II. MÉTODO .....</b>                                    |     |
| 2.1. Diseño de investigación.....                          |     |
| 2.2. Variable, Operacionalización .....                    |     |
| 2.3. Población y muestra.....                              |     |
| 2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos ..... |     |
| 2.5. Método de análisis de datos .....                     |     |
| 2.6. Aspectos éticos .....                                 |     |
| <b>III. RESULTADOS .....</b>                               |     |
| <b>IV. DISCUSIÓN.....</b>                                  | 38  |
| <b>V. CONCLUSIONES .....</b>                               | 41  |
| <b>VI. RECOMENDACIONES.....</b>                            | 42  |

|                               |           |
|-------------------------------|-----------|
| <b>VII. REFERENCIAS .....</b> | <b>43</b> |
| <b>ANEXOS.....</b>            | <b>50</b> |

## **RESUMEN**

La tesis tuvo como objetivo determinar la influencia del programa de habilidades sociales en la agresividad de 60 adolescentes, de ambos sexos, de 13 a 17 años de edad, de una institución educativa pública del distrito de Paiján, los resultados evidencian que la ejecución del programa reporta diferencias estadísticamente significativas ( $p < .05$ ) en el pre y post test del grupo experimental, en tanto su comparación con el grupo de control no se evidencia este atributo ( $p > .05$ ) para la agresividad, en tanto de forma específica el programa tiene influencia estadísticamente significativa sobre ( $p < .05$ ) sobre la agresividad física, la agresividad verbal, la ira y la hostilidad, según el en el pre y post test del grupo experimental, en tanto en su comparación con el grupo de control no se evidencia este atributo ( $p > .05$ ), lo cual reafirma la efectividad del programa, que genera un aporte a nivel práctico, teórico, metodológico y social.

Palabras clave: habilidades sociales, agresividad, adolescencia.

## **ABSTRACT**

The objective of the thesis was to determine the influence of the social skills program on the aggression of 60 adolescents, of both sexes, from 13 to 17 years of age, from a public educational institution in the district of Paján, the results show that the execution of the program reported statistically significant differences ( $p < .05$ ) in the pre and posttest of the experimental group, as long as its comparison with the control group does not show this attribute ( $p > .05$ ) for the aggressiveness, in a specific way the program has a statistically significant influence on ( $p < .05$ ) on physical aggression, verbal aggression, anger and hostility, according to the pre and posttest of the experimental group, as compared to the control group. this attribute is evident ( $p > .05$ ), which reaffirms the effectiveness of the program, which generates a contribution at a practical, theoretical, methodological and social level.

Key words: social skills, aggressiveness, adolescence.

## **I. INTRODUCCIÓN**

El ser humano se caracteriza por ser gregario como particularidad de su naturaleza, donde gran parte de su tiempo la desarrolla en compañía de los demás, siendo en la adolescencia donde halla la definición de su identidad y de allí le da valor a las capacidades que haya logrado, lo cual va acorde a su idiosincrasia; siendo ello, lo que da relevancia a las investigaciones desarrolladas sobre habilidades sociales. Las habilidades sociales componen un recurso fundamental para que el individuo sea incluido como parte del grupo de sus pares, y de ese modo logre afirmarse que su salud integra cuenta con altas conexiones tanto las redes de soporte social que integran el grupo (Papalia, Duskin y Martorell, 2012; Gil y León, 1998).

En tanto, hay evidencia empírica de diversos estudios que reportan de la existencia sobre la relación entre el desarrollo de habilidades sociales desde la edad temprana (infancia) y la adolescencia con el ajuste social, psicológico en el desarrollo de la vida adulta (Garaigordobil, 2008), por su parte Urzúa y Correa (2005) indican que cuando el adolescente se halla en vida estudiantil, usualmente se involucra en escenarios de comportamientos agresivos ya sean manifiestos o percibidos, con un alto nivel de intensidad; ello se ve reflejado en problemas de rendimiento académico, deserción escolar, consumo de alcohol y/o drogas, pandillaje, entre otros comportamientos fuera de la normatividad social, tales comportamientos desadaptativos suelen presentarse en distintos contextos socioculturales (Bosch, 2011; Gumpel y Meadan, 2000).

A nivel internacional, según el informe presentado por Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura Noticias (UNESCO, 17 de enero, 2017). la violencia y el acoso en las escuelas, también involucra el acoso físico, psicológico y sexual, y tiene un impacto adverso en los alumnos, así como en el aspecto relacional; el documento también recalca que la violencia generada por los adolescentes se ve impulsada por las dinámicas de poderes desiguales, y usualmente fortalecidas por pautas y estereotipos propios de género, aspectos relacionales. Como resultado de una encuesta de opinión a cien mil jóvenes y adolescentes de 18 países, se reporta que el 25% indica haber sido intimidado por su apariencia física, el 25% por su orientación sexual y otros índices similares se hallan por su etnia

A nivel nacional, la Primera Encuesta Nacional de la Juventud expuesta por Nureña (2015) revelan que el 59% de los jóvenes peruanos mencionan que la delincuencia y el pandillaje como problemas más esenciales para sí mismos, en tanto, el 16% señala que el problema más relevante es sencillamente la violencia; en el mismo informe se muestra que el 48% de jóvenes participantes indica haber sido víctima de violencia física, y el 51% asevera haber sufrido violencia psicológica a este respecto, es necesario indicar que la violencia sufrida por los jóvenes ha sido propiciada por sus pares.

En esa misma línea, la Secretaria Nacional de la Juventud (2016) afirma que desde el año 2000 al 2015 la tasa de adolescentes que han cometido infracciones casi se ha duplicado, lo cuales han sido atendidos el Sistema de Reinserción Social del Adolescente en conflicto con la Ley Penal (SRSALP), cuyos sujetos tenían edades entre 14 y 17 años; asimismo, se indica que, en el Perú de cada diez mil adolescentes, 285 presentan algún problema con la Ley. Pero es necesario revelar datos del contexto regional y local.

Asimismo el Ministerio de Educación (MINEDU, 28 de febrero 2019) mediante la herramienta SíseVe para el reporte de casos de violencia escolar, que caracteriza diversas modalidades de agresividad, señala un total de 26446 casos registrados desde el 2013 al 2019, del cual el 84% ocurre en el sector público, el 51% es ejercido por hombres, frente a un 49 por mujeres, el 55% se observa en el nivel de secundaria, seguido por un 36% en el nivel de primaria, donde las principales modalidades de agresividad son, la física con 14370 casos, la verbal con 11314, y la psicológica con 9932, asimismo a nivel regional, La libertad se ubica en el cuarto lugar a nivel nacional en cuanto a casos reportados de violencia escolar.

En consecuencia, entender la conducta desadaptativa y de alto impacto como parte del desarrollo del adolescente, se refleja en el uso continuo del comportamiento ofensivo, como respuesta de un escenario que podría pasar de un sencillo hecho, como hacer deporte en la hora de receso en el colegio, una plática de disputa entre donde se exponen dos perspectivas distintas, o que de manera instintiva se dé una respuesta espontánea, en ese sentido, es necesario realizar una



lectura de la situación específica, es decir, si los recursos del adolescente son los adecuados se podría evitar escenarios de agresión (Rajan, Namdar y Ruggles, 2015; Pakaslahti, 2000).

Del Prette, Teodoro y Del Prette (2014) al estudiar las habilidades sociales con los desajustes y el comportamiento agresivo, hallaron que las variables se relacionan inversamente, a medida que haya presencia de adecuadas habilidades sociales la tendencia del comportamiento agresivo disminuirá. A este respecto, la agresión entre pares en la etapa adolescente es cada vez más usual como motivo de consulta, ya sea en el aspecto clínico, educativo o forense, por lo que se consolida como una realidad de corte social emergente, convirtiéndose en un campo donde los profesionales de la salud se hallan sin marcos de acción social preparado para intervenir en tales demandas, por ello es oportuno lograr su identificación.

En consecuencia, Castillo (2016) efectuó un programa sobre habilidades sociales con la finalidad de disminuir la conducta agresiva en una muestra de adolescentes de la Ciudad de Lima, cuyas evidencias indican que en comparación del pre y el post test se halla diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones de dichas evaluaciones. Sin embargo, en el medio regional no se cuenta con estudios de intervención de habilidades sociales en adolescentes para reducir la agresividad, por lo que se hace necesario desarrollar un estudio de tal magnitud con la finalidad de realizar una propuesta de mejora que sirva a profesionales afines a la carrera de psicología.

En sus trabajos previos se puede encontrar antecedentes Internacionales como: Santamaría (2014) estudió la influencia de una propuesta pedagógica con la finalidad de reducir la agresividad en una muestra de 30 estudiantes y docentes de ambos sexos de una ciudad de Colombia. Para la medición de la variable dependiente se utilizó una serie de instrumentos: diario de campo, entrevista estructurada y lista de chequeo. Las evidencias reportadas indican que tanto alumnos como docentes coinciden que hay presencia de comportamientos agresivos en la institución por lo que se hace necesario de estrategias de intervención para reducir dicho comportamiento. Asimismo, posterior a la aplicación del programa psicopedagógico se concluye hay un cambio de actitudes y mejora en las relaciones interpersonales de los alumnos, asimismo, las burlas hacia los compañeros también disminuyeron, es decir, en términos

generales la percepción de la agresividad se ubicó en niveles bajos en los educandos. Por tanto, se concluye que intervenir sobre la base de juegos tradicionales en el fortalecimiento de la convivencia disminuye el comportamiento agresivo. Estos resultados se atribuyen a una práctica no solo psicológica, además junto a la pedagogía, que favorece a un abordaje integral por lo cual los resultados generados son satisfactorios.

Patricio, Maia y Bezerra (2015) efectuaron una investigación con la finalidad de descubrir la relación entre el compartimiento infractor con las habilidades sociales en una muestra de 203 adolescentes de la región Quixeramobim, Ceará-Brasil. Para la recolección de información se usó un inventario de habilidades sociales para adolescentes y un cuestionario semiestructurado que involucra las variables como situación escolar actual, nivel de escolaridad, renta familiar, implicación con drogas y habilidades sociales. Las evidencias reportadas señalan que cuando se presenta dificultad en las habilidades sociales el comportamiento infraccional es alto, en tanto el comportamiento no infraccional reduce; esa misma dinámica se aprecia cuando hay dificultades en las dimensiones: empatía, autocontrol, civilidad, asertividad, abordaje afectivo y desenvolvimiento social. El comportamiento relacionado a la infracción alta, se relaciona inversamente con las habilidades sociales, debido que estas últimas permiten que el sujeto logre gestionar sus emociones y tenga una regulación conductual oportuna, de tal manera, que, al prevalecer un nivel de habilidades intermedio, refiere un proceso de control de la agresividad, que aún se está manejando, esto se debe por que el contexto de estudio aún requiere el cometimiento a un programa de habilidades sociales que mejore su desarrollo.

En los antecedentes Nacionales tenemos: García (2017) estudió los efectos de un programa denominado fortaleciéndome en la agresividad en una muestra de 57 alumnos de quinto grado de una institución educativa de Comas – Lima. Para la medición de la variable dependiente se usó el cuestionario de agresividad (AQ) de Buss y Perry. Las evidencias reportadas señalan que en el contraste de las puntuaciones del grupo control y grupo experimental en la fase post experimental se aprecia que existen diferencias significativas, obteniendo una puntuación menor en el grupo experimental; asimismo, la misma dinámica sucede en cada una de las dimensiones de la agresividad (agresividad física, agresividad verbal, ira y hostilidad) donde el grupo experimental puntuó más bajo que el grupo control, y siendo la

diferencia de las puntuaciones estadísticamente significativas. Ello se atribuye a los hallazgos, los cuales reflejan que el haber trabajado un programa de tratamiento donde se les enseñe a los adolescentes a fortalecer sus recursos hizo que sea menor la agresividad al termino del tratamiento, con ello se acepta la hipótesis de investigación.

Castillo (2016) desarrolló un estudio con la finalidad medir la influencia de un programa de habilidades sociales en el comportamiento agresivo en una muestra de 56 alumnos de una institución educativa de Lurigancho. Para la medición de las variables se usó el inventario de Buss y Perry (1992), las evidencias reportadas indican que el programa haciendo verdaderos amigos generó efecto significativo en el comportamiento agresivo de los participantes, es decir, que al comparar las puntuaciones del post test en el grupo control y experimental hubo diferencias significativas, puntuando en menor nivel el comportamiento agresivo en el grupo experimental; asimismo, también se refleja que en la comparación del pre y post test del grupo experimental se halló que también hay la presencia de diferencias significativas. Por lo cual se concluye, que el haber trabajado un programa de habilidades sociales con una serie de sesiones con los alumnos del grupo experimental hizo que presenten mejores habilidades sociales y como consecuencia sea menor el comportamiento agresivo de los adolescentes de segundo grado de secundaria. Estos resultados se deben porque el establecer relaciones sociales o redes de apoyo de índole social, permite tener un grupo de soporte funcional, que favorece a mecanismos de respuesta ante situaciones de presión como la agresividad.

Trujillo (2017) desarrolló un estudio con la finalidad de analizar la relación entre habilidades sociales y agresividad en una muestra de 380 adolescentes con edades entre los 11 a 19 años de edad del distrito de Comas. Para la recolección de información se usó la escala de habilidades sociales (EHS) y el cuestionario de agresión (AQ). El tipo de estudio es no experimental de diseño descriptivo correlacional. Según el análisis descriptivo se aprecia que el nivel promedio prevalece en habilidades sociales, y en agresión también prevalece el nivel promedio. Según correlacional se aprecia que la agresión física se relaciona inversamente con la dimensión autoexpresión en situaciones sociales; la agresión verbal, hostilidad y agresión general se relaciona inversamente con las dimensiones autoexpresión en situaciones sociales, decir no y no cortar interacciones y habilidades sociales general. En tanto, la ira no se relaciona con

ninguna dimensión, así como tampoco con las habilidades sociales general. Resultados que se atribuye debido a una prevalencia de la agresividad con las habilidades sociales, de tal manera que se ubican en un nivel promedio para ambos casos de tal manera, que la muestra de estudio refiere la necesidad de realizar un programa para aumentar las habilidades sociales y disminuir la agresividad que en ambos casos se ubica en un nivel intermedio, con una mayor relevancia sobre autoexpresión en situaciones sociales, que es el factor que evidencia una mayor relación con la agresividad en sus diversas manifestaciones.

En las teorías relacionadas al tema de habilidades sociales, Gismero (2010) conceptualiza a las habilidades sociales, como la manifestación tanto verbal como no verbal, frente a una interacción sociocultural, sea de presión o no, que tiene el propósito de favorecer a la adaptación del sujeto al medio próximo, sea en la resolución de algún problema, o solo al proceso de socialización, sin que ello implique manifestaciones de agresividad o de ansiedad, que dificulte su expresión funcional.

En tanto Alonso (2012) agrega que las habilidades sociales, corresponden a un conjunto de disposiciones comportamentales, cognitivas y afectivas que el ser humano puede desarrollar en cualquier etapa del ciclo vital, sin embargo, tienen existe una mayor posibilidad de adquisición durante la niñez y adolescencia, por ser los primeros estadios de crecimiento.

Por su parte, Canto (2006) señala que las habilidades sociales son indispensables para el proceso de socialización entre pares, al favorecer a la resolución de conflictos, y al mismo tiempo a una interacción positiva entre pares, por lo cual su desarrollo es fundamental en periodos como la niñez y adolescencia, de esta manera, algunos de los usuales problemas comportamentales, como la agresividad, o también psicosociales, como la violencia escolar, se relacionan inversamente con las habilidades sociales funcionales.

En sus Sub escalas la autora Gismero (2010) señala 6 atributos principales, que caracterizan a las habilidades sociales durante el periodo de la adolescencia, la primera corresponde a una autoexpresión en situaciones sociales, la cual corresponde a una manifestación comportamental

y a la vez emocional, en escenarios de interacción, como la familia, grupo de pares, sistema educativo o comunidad, de una manera que no evidencia agresividad o ansiedad.

Álvarez, Núñez y Dobarro (2012) mencionan que la expresión comportamental que se caracterice por una regulación emocional permitirá al adolescente la resolución de conflictos tanto inter como intra personales, asimismo favorecer a la constitución de redes de apoyo social funcionales, al tener la habilidad de socializar positivamente, sin la necesidad de ejercer algún tipo de violencia.

Como segundo tributo Gismero (2010) señala a la defensa de los propios derechos, que hace referencia, a defender los derechos como principios inalienables del ser humano, de tal manera que no permite un agravio personal o hacia terceras personas, que cumplan un papel de víctima frente a algún acto de violencia, agresión o abuso.

De esta manera, Andreu, Peña y Graña (2002) menciona que una activa defensa de los derechos, impulsa a un desarrollo psicosocial, debido al establecimientos de lineamientos para el respeto por el ser humano, así como su naturaleza, aspecto que refuerza los mecanismos de apoyo social, y la búsqueda de soporte en el medio.

Prosiguiendo, está el rasgo, expresión de enfado o disconformidad, que corresponde a una manifestación de ira, disgusto, frustración, tristeza, entre otras emociones, que se presentan ante una situación de presión, con la cual, el adolescente no se está de acuerdo, de esta manera, permite, la exteriorización del malestar, sin dañar a otras personas o bienes materiales, para proseguir con la búsqueda de soluciones oportunas (Gismero, 2010).

Para Belgich (2013) la expresión enfado o disconformidad entre los adolescentes dentro del sistema educativo, donde exista un control sobre las emociones y la conducta, promueve la resolución de los problemas, sin la necesidad de utilizar manifestaciones de violencia entre pares, de tal manera que su desarrollo, favorece la adaptación al medio.

Como cuarta sub escala, se encuentra el decir no y cortar interacciones, que hace referencia a la postura firme, sin recurrir a conductas de violencia, que transgredas u obliguen a la otra persona, asimismo caracteriza la capacidad de concluir interacciones sociales negativas, o que signifiquen un notable para l integridad física y psicológica (Gismero, 2010).

Carrasco y González (2006) mencionan que la capacidad de decir no ante una situación de riesgo, conlleva a evitar factores latentes de riesgo para la salud biopsicosocial, asimismo el cortar vínculos afectivos con pares que sean una influencia negativa para el desarrollo humano.

Para el quinto atributo, está la capacidad de hacer peticiones, que permite al adolescente, pedir favores y ayuda cuando requiere del soporte de otra persona, sin que ello cause vergüenza, miedo, tristeza o desanimo, de esta manera permite el establecimiento de redes de apoyo funcional, y favorable para la toma de decisiones, así como adaptación al medio (Gismero, 2010).

Chávez y Aragón (2017) agrega que el poder hacer peticiones, permite a la víctima o al observador, dentro de la dinámica de la violencia escolar, poder obtener ayuda y atención inmediata de las redes de apoyo social, como maestros o tutores, para lograr la resolución del conflicto.

Por último, está la habilidad para iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, que consiste en el establecimiento de vínculos socio afectivos con otra persona, del sexo opuesto, de tal manera que contribuye al desarrollo emocional y a la habilidad de socialización (Gismero, 2010).

Estevez y Musitu (2016) mencionan que existe menos probabilidad de manifestaciones de violencia escolar en entornos donde existe la presencia de ambos sexos, debido a la búsqueda de deseabilidad social del sexo opuesto, que conlleve al establecimiento de vínculos afectivos de gratificación, por ello es importante una socialización entre diversos sexos, que permite la estructuración de la identidad, autoconocimiento y tolerancia hacia los demás.

Desarrollo de las habilidades sociales en la adolescencia según Arm, Dahinten, Marshall y Shapka (2011) manifiestan que el aprendizaje de cualquier manifestación desde el nivel cognitivo, pasando por lo emocional y el conductual, responde a un aprendizaje del medio que conlleva el adolescentes, de esta manera manifestaciones de agresividad, pueden ser explicadas por una exposición a un entorno donde se expresa con frecuencia, de tal manera que se aprende y repite la conducta atípica, lo mismo ocurre con las habilidades sociales, las cuales pueden ser desarrolladas mediante un proceso de aprendizaje que debe estar vinculado plenamente a la experiencia.

Asimismo, Azebedo, et al. (2012) reitera, que las habilidades para la socialización, factibles en la adolescencia debido a su utilidad para resolver conflictos, constituye un conjunto de atributos que son adquiridos y desarrollados mediante la misma experiencia, por lo cual el adolescente debe vivenciar situaciones que promuevan una conducta socializadora, en expresiones de interacción social, asertividad, plasmar soluciones, tolerancia, empatía, entre otros rasgos que favorecen a su continuo desarrollo.

Cuando el sujeto no se expone o es expuesto a situaciones, que le permitan el desarrollo de las habilidades sociales, es frecuente la latencia de otros problemas, como la ansiedad, que es la respuesta a un acontecimiento de frustración, como lo puede ser la actividad de interactuar, cuando la respuesta de este proceso es punitiva o aversiva para el adolescente, por lo cual el proceso de socialización a no solo permite la adaptación al entorno, además favorece a la regulación de los conflictos intrapersonales como la ansiedad, asimismo depresión la agresividad, entre otros (Beck y Clark, 2012).

En este sentido, la familia juega un rol sumamente importante, al ser el primer grupo de socialización del ser humano, la interacción que se establezca en este, además de las formas de resolver situaciones de presión, marcará la pauta para las manifestaciones del niño y adolescente, frente a entornos similares, donde finalmente, junto a la influencia sociocultural, se concretara una determinada conducta que se mantendrá en el sujeto durante todo el ciclo vital (Brunstein, Sourander, & Gould, 2010).

Cava (2011) concluye que los sistemas, familia, sociedad y escuela, son los principales entornos donde se adquiere y palatinamente se desarrolla el comportamiento, por lo cual su influencia repercute durante todo el ciclo vital, que frente a la ausencia de un sistema jugará un rol importante el siguiente sistema, que, ante una ausencia de modelos funcionales, conlleva a la disrupción de la conducta, la cual puede mantenerse, en el caso no se apliquen medidas oportunas para su intervención.

La agresividad lo define según los autores Buss y Perry (1992) la agresividad es una manifestación instrumental, frente a un estímulo percibido como aversivo, de tal manera que refleja una respuesta de agresión sea física, de índole verbal, mediante la ira u hostilidad, como forma adaptativa al entorno.

De esta manera, la agresividad es una respuesta, por lo general aprendiza del entorno familiar, social o de los medios de comunicación masiva, que se manifiesta ante un evento de conflicto interpersonal, asimismo se considera el temperamento como un factor predisponente de la agresión, cuando no existe estimulado aversivo del medio, y aun así se manifiesta de forma frecuente y lesiva hacia el entorno (García, 2017)

Dentro de la agresividad encuentran la dimensionalidad según los autores del cuestionario de agresividad AQ, Buss y Perry (1992) conceptualizan a la variable dentro de 4 manifestaciones frecuentes, que permiten caracterizar y medir su rasgo.

Como primera dimensión, está la agresividad física, como la expresión que es visible las consecuencias que genera, debido al uso indeliberado de la fuerza u otro objeto para ocasionar un daño, que, en situaciones reiteradas de una alta intensidad, conlleva a la muerte de la víctima, convirtiéndose en un conflicto no solo interpersonal, además de índole legal (Buss y Perry, 1992).

Asimismo, está la agresividad verbal, la cual caracteriza una agresión mediante el uso del lenguaje, enmarcado con insultos, difamaciones, etiquetas, descalificativo, gritos, entre otros,



que generan consecuencias psicológicas en la víctima, relacionadas con el autoconcepto, autoestima, y auto valía, conllevando a problemas como la depresión, ansiedad, entre otros (Buss y Perry, 1992).

Por otro lado, a diferencia de las anteriores manifestaciones que son visibles en su expresión, como tercera dimensión esta la ira, la cual corresponde a un conjunto de pensamientos y emociones de enfado, que están siendo contenidas, con una alta probabilidad de su estallido, con consecuencias negativas para el medio, sin embargo, es notable en la expresión física-gestual, del sujeto que presenta este atributo (Buss y Perry, 1992).

Como cuarta dimensión esta la hostilidad, que son las manifestaciones tanto explícitas como encubiertas, que tiene el objetivo de intimidar al medio social, de tal manera que se evite todo tipo de contacto comportamental o emocional, sin embargo, esta manifestación es poco frecuente con el grupo de pares cercanos, con quien se comparte características y afinidades, por ello la hostilidad es más frecuente hacía figuras de autoridad social (Buss y Perry, 1992).

En Consecuencias de la agresividad según Buss (1961) menciona que a pesar de ser frecuente una conducta agresiva durante la adolescencia como parte del proceso de autoconocimiento emocional y comportamental, su manifestación frecuente e intensa puede conllevar a problemas de adaptación sociocultural, ante la agresión y trasgresión, que genera un daño al medio.

Así, Gonzales (2012) menciona que la agresividad manifiesta en la adolescencia, conlleva a la desintegración del núcleo familiar, debido a las interacciones hostiles, que, en el intento de corrección, se conlleva la repetición de la violencia, convirtiéndose en un problema redundante, cuando no existe una orientación oportuna para los progenitores, como las primeras figuras de aprendizaje del ser humano.

Asimismo, Mendoza (2012) señala que la agresividad conlleva a la inadaptación en el sistema educativo, debido a la imposibilidad de acatar y asimilar las normas descritas por el sistema escolar, de tal manera que se evidencia una paulatina disminución del rendimiento académico, asimismo un ausentismo cada vez más recuente, pudiendo llegar hasta la deserción escolar, que

significa el estancamiento de la formación académica, provocando un deterioro en el desarrollo futuro, a nivel laboral y profesional.

De igual manera, Myers y Spencer (2014) puntualizan, que la agresividad conlleva a una separación del grupo social, debido a una transgresión hacia los demás miembros, que puede significar la omisión de las normas y leyes que la cultura puntualiza, para una convivencia oportuna, entre sus diversos miembros, de esta manera, la agresividad prolongada y excesiva, convierte al adolescente en un miembro socialmente no productivo, al no mantener y contribuir con las normativas sociales vigentes, conllevando a su estancamiento.

En tal sentido, la agresividad, corresponde a un rasgo de la personalidad que afecta a la población adolescente, debido a los cambios psicológicos y de integración social que corresponde a esta etapa, frente a la cual el ser humano debe de adaptarse, para favorecer al desarrollo de los siguientes estadios dentro del ciclo vital (Alonso, 2012).

**De esta manera se formuló,** ¿Cuál es la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján?

La misma que se justifica a partir de la contribución que genera su desarrollo, asimismo se consideró los niveles señalados por Hernández, Fernández y Baptista (2014):

A nivel metodológico: la tesis contribuye con el desarrollo de un antecedente de investigación para posteriores estudios, interesados en la agresividad en poblaciones de adolescentes, además de aportar con procedimientos estadísticos acordes a las exigencias de la investigación actual.

A nivel práctico: impulsa a la práctica profesional orientada a promover las habilidades sociales en adolescentes, mediante un programa que se orienta a la problemática recurrente de la agresividad, para que sea replicada en otros contextos, donde se observe una realidad similar, con poblaciones que compartan características sociodemográficas.

A nivel teórico, aporta con la revisión actualizada de los fundamentos de ambas variables, de relevancia para el campo académico y profesional, interesados en las variables habilidades sociales y agresividad.

A nivel social, promueve las habilidades sociales de la población de estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján, con el objetivo de disminuir las manifestaciones de agresividad, asimismo, a largo plazo puede contribuir con otras poblaciones similares, al replicar su desarrollo de forma oportuna, ante escenarios psicosociales semejantes.

En lo referente a las hipótesis, se planteó como alternativa H1: El programa de habilidades sociales disminuye la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján, en tanto la nula describe, H0: El programa de habilidades sociales no disminuye la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.

En tanto de forma específica se planteó, El programa de habilidades sociales disminuye la agresividad física, asimismo, El programa de habilidades sociales disminuye la agresividad verbal, además El programa de habilidades sociales disminuye la ira, por último, El programa de habilidades sociales disminuye la hostilidad.

De ello se desprende como objetivo general, determinar si el programa de habilidades sociales disminuye la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.

Mientras que de forma específica se pautó, identificar si el programa de habilidades sociales disminuye la agresividad física, asimismo, identificar si el programa de habilidades sociales disminuye la agresividad verbal, además identificar si el programa de habilidades sociales disminuye la ira, por último, identificar si el programa de habilidades sociales disminuye la hostilidad.

## **II. MÉTODO**

### **2.1. Diseño de investigación**

El diseño escogido corresponde al cuasi-experimental, acorde a Sánchez y Reyes (2015) debido que la población se seleccionó de forma no aleatoria, debido a su constitución previa según el contexto de estudio, asimismo su procedimiento concibe la utilización de dos grupos, denominados control y experimental, para su selección se utilizó criterios de inclusión y exclusión, asimismo, que presentaran realidad problemática de agresividad similar para permitir una valoración objetiva, es así, que al grupo experimental se administró un tratamiento, para luego valorar mediante procedimientos estadísticos los cambios ocurridos sobre estos, por lo cual se aplica un pre y post test a ambos grupos, procedimiento que se expresa con el esquema:

Grupo control : O1 - - O2

Grupo experimental : O1 - X - O2

Leyenda:

O1=>Pre test

O2=>Post test

X=>Programa de habilidades sociales

### **2.2. Variables, operacionalización**

La variable de interés es la agresividad, delimitada por Buss y Perry (1992) de la siguiente manera:

Tabla 1.

*Operacionalización de la variable agresividad*

| Variable    | Definición conceptual                                                                                                                                                 | Definición operacional                                                                                                                                                    | Dimensiones        | Indicadores                              | Escala de medición |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------|--------------------|
| Agresividad | Es una respuesta de índole instrumental, que tiene el propósito de ocasionar algún tipo de daño, ante un estímulo que es percibido como aversivo (Buss y Perry, 1992) | La agresión se medirá de acuerdo a las puntuaciones obtenidas en el Cuestionario de Agresión (AQ), compuesta por 29 ítems agrupados en 4 dimensiones (Buss y Perry, 1992) | Agresividad física | Ítems: 1, 5, 9, 13, 17, 21, 24, 27 y 29. | Intervalo          |
|             |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                           | Agresividad Verbal | Ítems: 2, 6, 10, 14 y 18                 |                    |
|             |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                           | Ira                | Ítems: 3, 7, 11, 15, 19, 22 y 25.        |                    |
|             |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                           | Hostilidad         | Ítems: 4, 8, 12, 16, 20, 23, 26 y 28.    |                    |

### **2.3. Población y muestra**

Se utilizó una muestra de 60 alumnos de cuarto grado de educación secundaria, de una institución educativa de Paiján, de tanto hombres como mujeres, con edades de 13 a 17 años de edad, de los cuales se dividió en dos grupos, 30 que forman parte del grupo control y 30 del grupo experimental, tamaño muestral que permite cumplir con los objetivos del diseño de investigación planteado (Hernández, et al., 2014).

En cuanto al muestreo, se procedió mediante el procedimiento no probabilístico por conveniencia, de esta manera se seleccionó a las unidades de análisis a partir de un conjunto de criterios, sin utilizar el azar para la obtención de la muestra (Otzen y Manterola, 2017). Entre los criterios de inclusión se considera a los estudiantes que cursan el cuarto grado de secundaria, de 13 a 17 años de edad, que participan de forma voluntaria, y asistieron a todas las sesiones del programa desarrollado, mientras que los criterios de exclusión se consideró a los participantes que no terminen de llenar el test o marquen dos alternativas en una o más preguntas, y aquellos que hagan un exceso de borrones.

### **2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad**

#### **2.4.1. Técnicas**

Se utilizó como técnica la encuesta, que consiste en la aplicación de un instrumento validado, para la recopilación de datos en una muestra (Ballesteros, 2013).

#### **2.4.2. Instrumento**

Cuestionario de Agresión (AQ) que fue elaborado por Buss y Perry (1992) en California EE.UU., cuenta con 29 ítem distribuidos en 4 dimensiones, agresividad física, agresividad verbal, ira y hostilidad, su aplicación es tanto individual como colectiva, con un tiempo de respuesta de 15 minutos, para la validez basada en la estructura interna, el análisis factorial exploratorio mediante el método de componentes principales por rotación varimax, que reporta

4 dimensiones, con saturaciones  $>.30$ , una varianza acumulada  $>25\%$ , la fiabilidad estimada por el método de consistencia interna, del coeficiente alfa por dimensiones alcanza valores de  $.65$  a  $.73$ , y para el test de  $.86$ .

La traducción al idioma español, fue realizado por Andreu, Peña y Graña (2002) en Madrid, España y mediante un grupo de expertos, a continuación para la validez basada en la estructura interna, se utilizó el análisis factorial exploratorio, por el método de los Componentes Principales y Rotación Varimax, manteniendo una estructura original, con saturaciones  $>.35$ , y varianza acumulada  $>46.37\%$ , para pasar por el análisis factorial confirmatorio, que reporta un índice de bondad de ajuste (GFI) de  $.93$ , índice de bondad de ajuste estandarizado (AGFI) de  $.92$ , error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) de  $.050$ , residuo cuadrático (RMR) DE  $.050$ , con cargas estandarizadas  $>.37$  y covarianzas  $>.30$ , para la confiabilidad por alfa, valores sobre  $.70$  por dimensiones, y para el total de  $.88$ .

Para el contexto nacional, la adaptación fue realizada por Matalinares, et al. (2012) en una muestra limeña de participantes de ambos sexos, entre los 9 a 88 años de edad, en validez basada en la estructura interna, se realizó el análisis factorial exploratorio por el método de componentes principales de rotación varimax, que mantiene a la estructura original, con una varianza acumulada de  $60.819\%$ , saturaciones  $>.30$ , para la confiabilidad, la escala total reporta un valor de  $.83$ , en agresividad física de  $.68$ , agresividad verbal de  $.56$ , ira de  $.55$  y hostilidad de  $.65$ .

## **2.5. Método de análisis de datos**

Los datos recolectados, de los grupos de control y experimental, tanto en el pre como el post test, se vaciaron a una hoja elaborada en el software Excel 2016, para su posterior exportación al IBM SPSS Statistics 24.

Para el reporte de los estadísticos descriptivos, se reportó el nivel bajo, medio y alto, para la variable y sus dimensiones, posterior a ello, se desarrolló la estadística inferencial, con la prueba Shapiro Wilk, acorde a muestras inferiores a los 50 sujetos, que reporto un valor de  $p>.05$ , lo

cual refiere una distribución normal, en tal sentido se procedió con el uso de pruebas paramétricas, t para muestras relacionadas o pareadas, y t para muestras no relacionadas o no pareadas, obteniendo así diferencias estadísticamente significativas  $p<.05$  para el grupo experimental.

## **2.6. Aspectos éticos**

Para el cumplimiento de los lineamientos deontológicos para toda práctica profesional, se procedió dentro de los aspectos éticos, la aplicación del asentimiento informado (Anexo 01), como parte de los lineamientos éticos que estipula el Colegio de Psicólogos del Perú (2017) referente al artículo 25, donde es necesario el uso de un documento que exprese la voluntaria e informada participación de las personas, en cualquier actividad psicológica donde se recopile algún tipo de información, en esta perspectiva también se consideró los artículos 57, 58 y 59, referidos a la confidencialidad de los datos, así como la identidad, bajo el secreto profesional, una vez cumplido estas disposiciones se aplica el cuestionario de agresividad AQ (Anexo 02) para el pre y post test, considerando que sólo al grupo experimental se aplicará el programa previamente planteado, de tal manera que se cumplió con todas las disposiciones deontológicas establecidas para la investigación científica.

## **III. RESULTADOS**

### **3.1. Análisis sobre la distribución según niveles**

En la tabla 2, se presenta la distribución de los niveles de la variable agresividad en la muestra de estudio, es así que en el Pretest del grupo experimental predomina el nivel medio (93.3%) y alto (6.7%), y en el posttest todos los participantes se ubican en el nivel bajo; sin embargo, en el grupo control se observa que en las dos fases de evaluación las puntuaciones predominan en los niveles medio y alto.



Tabla 2

*Distribución de frecuencias según el nivel de agresividad antes y después de la aplicación del programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de Paiján (n=60)*

| Variable    | Nivel | Experimental (n=30) |       |          |       | Control (n=30) |       |          |       |
|-------------|-------|---------------------|-------|----------|-------|----------------|-------|----------|-------|
|             |       | Pretest             |       | Posttest |       | Pretest        |       | Posttest |       |
|             |       | F                   | %     | f        | %     | f              | %     | f        | %     |
| Agresividad | Alto  | 2                   | 6.7   | -        | -     | 1              | 3.3   | 2        | 6.7   |
|             | Medio | 28                  | 93.3  | -        | -     | 29             | 96.7  | 28       | 93.3  |
|             | Bajo  | -                   | -     | 30       | 100.0 | -              | -     | -        | -     |
| Total       |       | 30                  | 100.0 | 30       | 100.0 | 30             | 100.0 | 30       | 100.0 |

En la tabla 3, se aprecia las frecuencias según niveles de las dimensiones de agresividad, es así que en el Pretest en cada una de las dimensiones predominan los niveles medio y alto, y en el posttest se aprecia que en cada una de las dimensiones la prevalencia de los porcentajes se ubica en el nivel bajo; sin embargo, en el grupo experimental se aprecia que tanto en el pre como en el posttest los sujetos en su mayoría se ubican en los niveles medio y alto.

Tabla 3

*Distribución de frecuencias según el nivel de las dimensiones de agresividad antes y después de la aplicación del programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de Paiján (n=60)*

| Variable           | Nivel | Experimental (n=30) |       |          |       | Control (n=30) |       |          |       |
|--------------------|-------|---------------------|-------|----------|-------|----------------|-------|----------|-------|
|                    |       | Pretest             |       | Posttest |       | Pretest        |       | Posttest |       |
|                    |       | F                   | %     | f        | %     | f              | %     | f        | %     |
| Agresividad física | Alto  | 1                   | 3.3   | -        | -     | -              | -     | -        | -     |
|                    | Medio | 29                  | 96.7  | -        | -     | 30             | 100.0 | 30       | 100.0 |
|                    | Bajo  | -                   | -     | 30       | 100.0 | -              | -     | -        | -     |
| Agresividad verbal | Alto  | 6                   | 20.0  | -        | -     | 8              | 26.7  | 11       | 36.7  |
|                    | Medio | 24                  | 80.0  | -        | -     | 22             | 73.3  | 19       | 63.3  |
|                    | Bajo  | -                   | -     | 30       | 100.0 | -              | -     | -        | -     |
| Ira                | Alto  | 3                   | 10.0  | -        | -     | 1              | 3.3   | 2        | 6.7   |
|                    | Medio | 27                  | 90.0  | 19       | 63.3  | 29             | 96.7  | 28       | 93.3  |
|                    | Bajo  | -                   | -     | 11       | 36.7  | -              | -     | -        | -     |
| Hostilidad         | Alto  | 8                   | 26.7  | -        | -     | 10             | 33.3  | 11       | 36.7  |
|                    | Medio | 22                  | 73.3  | -        | -     | 20             | 66.7  | 19       | 63.3  |
|                    | Bajo  | -                   | -     | 30       | 100.0 | -              | -     | -        | -     |
| Total              |       | 30                  | 100.0 | 30       | 100.0 | 30             | 100.0 | 30       | 100.0 |

### 3.2. Resultados sobre el contraste de las puntuaciones de la evaluación pre y post experimental en la muestra de estudio

En la tabla 4, se muestra la distribución de las puntuaciones de la variable agresividad es simétrica en cada una de las fases (Pretest y posttest) de los grupos de estudio (control y experimental).

Tabla 4

*Distribución de las puntuaciones derivadas de la aplicación del instrumento de agresividad en adolescentes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de Paiján (n=60)*

| Grupo               | Variable    | Pretest      |    |      | Posttest     |    |      |
|---------------------|-------------|--------------|----|------|--------------|----|------|
|                     |             | Shapiro-Wilk |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|                     |             | Estadístico  | Gl | Sig. | Estadístico  | gl | Sig. |
| Experimental (n=30) | Agresividad | .946         | 30 | .129 | .953         | 30 | .202 |
| Control (n=30)      | Agresividad | .942         | 30 | .102 | .945         | 30 | .123 |

*Nota:* gl=grados libertad; sig.=valor de significancia estadística

En la tabla 5, se presenta el análisis de muestras relacionadas e independientes de la variable agresividad, en el primer análisis se aprecia que hay presencia de diferencias significativas tanto en el grupo control como experimental, no obstante, en el grupo experimental en el postest se redujo la agresividad, sin embargo en el postest del grupo control incrementó ligeramente; asimismo, se según el análisis de muestras independientes se aprecia que hay diferencias significativas en la evaluación post experimental, con una reducción de los niveles de agresividad a comparación del grupo control.

Tabla 5

*Contraste de las puntuaciones de la variable agresividad del grupo experimental y control, antes y después de la aplicación del programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de Paiján (n=60)*

| Agresividad                                  | Grupo de estudio           |                            | Prueba t           |
|----------------------------------------------|----------------------------|----------------------------|--------------------|
|                                              | Experimental (n=30)        | Control (n=30)             |                    |
| <b>Antes de la aplicación del programa</b>   |                            |                            |                    |
| Media                                        | 97.07                      | 98.00                      | $t_{(60)}=-.698$   |
| Desviación estándar                          | 6.198                      | 3.895                      | p=.488             |
| <b>Después de la aplicación del programa</b> |                            |                            |                    |
| Media                                        | 51.50                      | 98.60                      | $t_{(60)}=-63.364$ |
| Desviación estándar                          | 1.614                      | 3.738                      | p=.000**           |
| Prueba t                                     | $t_{(30)}=38.521$ p=.000** | $t_{(30)}=-2.902$ p=.007** |                    |

*Nota:* n=número de participantes del grupo de estudio, p=probabilidad de rechazar la hipótesis nula;  $p<.05^{*}$ =diferencia significativa;  $p<.01^{**}$ =diferencia muy significativa;  $p>.05$ =diferencia no significativa

En la tabla 6, se muestra la comparación de medias según los estadísticos de muestras relacionadas e independientes de la dimensión agresividad física, en el primer análisis se aprecia que hay presencia de diferencias significativas en los dos grupos de estudio, donde en el posttest del grupo experimental la agresividad disminuyó, sin embargo en el posttest del grupo control la puntuación promedio incrementó ligeramente, en el análisis de muestras independientes se observa que hay presencia de diferencias significativas solo en el posttest, existiendo mayor puntuación promedio en el posttest.

Tabla 6

*Contraste de las puntuaciones de la dimensión agresividad física del grupo experimental y control, antes y después de la aplicación del programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de Paiján (n=60)*

| Agresividad física                           | Grupo de estudio                   |                                  | Prueba t                   |
|----------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|----------------------------|
|                                              | Experimental (n=30)                | Control (n=30)                   |                            |
| <b>Antes de la aplicación del programa</b>   |                                    |                                  |                            |
| Media                                        | 27.50                              | 28.03                            | t <sub>(60)</sub> =-.876   |
| Desviación estándar                          | 2.675                              | 1.991                            | p=.385                     |
| <b>Después de la aplicación del programa</b> |                                    |                                  |                            |
| Media                                        | 13.80                              | 28.43                            | t <sub>(60)</sub> =-30.975 |
| Desviación estándar                          | 1.243                              | 2.269                            | p=.000**                   |
| Prueba t                                     | t <sub>(30)</sub> =27.103 p=.000** | t <sub>(30)</sub> =-2.112 p=.43* |                            |

*Nota:* n=número de participantes del grupo de estudio, p=probabilidad de rechazar la hipótesis nula;  $p<.05^{*}$ =diferencia significativa;  $p<.01^{**}$ =diferencia muy significativa;  $p>.05$ =diferencia no significativa

En la tabla 7, se muestra las evidencias según muestras relacionadas e independientes de la dimensión agresividad verbal, de lo cual se observa que en la comparación de medias del pre y posttest existe diferencias estadísticamente significativas solo en el grupo experimental, y en la comparación de medias según los grupos de estudio se aprecia diferencias significativas solo en el posttest, con puntuaciones promedio inferior en el grupo experimental.

Tabla 7

*Contraste de las puntuaciones de la dimensión agresividad verbal del grupo experimental y control, antes y después de la aplicación del programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de Paiján (n=60)*

| Agresividad verbal                           | Grupo de estudio                   |                                  | Prueba t                   |
|----------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|----------------------------|
|                                              | Experimental (n=30)                | Control (n=30)                   |                            |
| <b>Antes de la aplicación del programa</b>   |                                    |                                  |                            |
| Media                                        | 17.07                              | 17.43                            | t <sub>(60)</sub> =-.846   |
| Desviación estándar                          | 1.760                              | 1.591                            | p=.401                     |
| <b>Después de la aplicación del programa</b> |                                    |                                  |                            |
| Media                                        | 7.63                               | 17.77                            | t <sub>(60)</sub> =-26.592 |
| Desviación estándar                          | 1.351                              | 1.591                            | p=.000**                   |
| Prueba t                                     | t <sub>(30)</sub> =22.767 p=.000** | t <sub>(30)</sub> =-1.775 p=.086 |                            |

*Nota:* n=número de participantes del grupo de estudio, p=probabilidad de rechazar la hipótesis nula;  $p<.05^{*}$ =diferencia significativa;  $p<.01^{**}$ =diferencia muy significativa;  $p>.05$ =diferencia no significativa

En la tabla 8, se presenta el análisis según muestras relacionadas e independientes de la dimensión ira, en el primer análisis se muestra presencia de diferencias estadísticamente significativas en el grupo experimental, lo cual se corrobora con el segundo análisis (muestras relacionadas), donde hay presencia de diferencias significativas solo en la evaluación del posttest, con puntuaciones promedio inferior para los participantes del grupo experimental.

Tabla 8

*Contraste de las puntuaciones de la dimensión ira del grupo experimental y control, antes y después de la aplicación del programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de Paiján (n=60)*

| Ira                                          | Grupo de estudio                |                           | Prueba t           |
|----------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------|--------------------|
|                                              | Experimental (n=30)             | Control (n=30)            |                    |
| <b>Antes de la aplicación del programa</b>   |                                 |                           |                    |
| Media                                        | 23.87                           | 23.77                     | $t_{(60)}=.214$    |
| Desviación estándar                          | 1.833                           | 1.794                     | $p=.832$           |
| <b>Después de la aplicación del programa</b> |                                 |                           |                    |
| Media                                        | 17.17                           | 23.80                     | $t_{(60)}=-15.820$ |
| Desviación estándar                          | 1.289                           | 1.901                     | $p=.000^{**}$      |
| Prueba t                                     | $t_{(30)}=18.169$ $p=.000^{**}$ | $t_{(30)}=-.215$ $p=.831$ |                    |

*Nota:* n=número de participantes del grupo de estudio, p=probabilidad de rechazar la hipótesis nula;  $p<.05^{*}$ =diferencia significativa;  $p<.01^{**}$ =diferencia muy significativa;  $p>.05$ =diferencia no significativa

En la tabla 9, se aprecia el análisis de comparación de medias según muestras relacionadas e independientes de la dimensión hostilidad, donde al comparar el Pretest con el posttest se aprecia que hay diferencias estadísticamente significativas en el grupo experimental, asimismo, en el análisis de muestras independientes se aprecia diferencias estadísticamente significativas, donde los participantes del grupo experimental presentan puntuaciones promedio menores al grupo control.

Tabla 9

*Contraste de las puntuaciones de la dimensión ira del grupo experimental y control, antes y después de la aplicación del programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de Paiján (n=60)*

| Hostilidad                                   | Grupo de estudio                   |                                 | Prueba t                   |
|----------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
|                                              | Experimental (n=30)                | Control (n=30)                  |                            |
| <b>Antes de la aplicación del programa</b>   |                                    |                                 |                            |
| Media                                        | 28.63                              | 28.77                           | t <sub>(60)</sub> =-.208   |
| Desviación estándar                          | 2.498                              | 2.473                           | p=.836                     |
| <b>Después de la aplicación del programa</b> |                                    |                                 |                            |
| Media                                        | 12.90                              | 28.60                           | t <sub>(60)</sub> =-30.279 |
| Desviación estándar                          | 1.398                              | 2.472                           | p=.000**                   |
| Prueba t                                     | t <sub>(30)</sub> =30.476 p=.000** | t <sub>(30)</sub> =1.000 p=.326 |                            |

*Nota:* n=número de participantes del grupo de estudio, p=probabilidad de rechazar la hipótesis nula;  $p<.05^{*}$ =diferencia significativa;  $p<.01^{**}$ =diferencia muy significativa;  $p>.05$ =diferencia no significativa



#### **IV. DISCUSIÓN**

Ante la realidad problemática que pauta a nivel nacional un total de 26446 casos de agresividad entre adolescentes durante la escolarización, del cual el 84% ocurre en el sector público, donde el 51% es ejercido por hombres, asimismo el 55% se observa en el nivel de secundaria, con un reporte de 14370 casos de violencia física, 11314 verbal y 9932 psicológica, asimismo a nivel regional, La libertad se ubica en el cuarto lugar en casos reportados de violencia escolar, que caracterizan estas modalidades de agresividad (Ministerio de Educación, 28 de febrero 2019), realidad que conllevo ha:

Determinar si el programa de habilidades sociales disminuye la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján, el resultado obtenido indica en el grupo experimental diferencias estadísticamente significativas ( $p < .05$ ) en cuanto al pre y post test.

Este hallazgo significa que el programa realizado con el propósito de impulsar la manifestación tanto verbal como no verbal, frente a la interacción sociocultural, sea de presión o no, sin manifestaciones de agresividad o de ansiedad, tiene influencia en la disminución en la respuesta de índole instrumental, que tiene el propósito de ocasionar algún tipo de daño, ante un estímulo que es percibido como aversivo, por lo cual se acepta la hipótesis alternativa, y se rechaza la hipótesis nula.

Estos resultados se logran asemejar con la investigación de Santamaría (2014) que tuvo como objetivo estudiar la influencia de una propuesta pedagógica para reducir la agresividad en estudiantes de Colombia, las evidencias reportadas indican que posterior a la aplicación del programa psicopedagógico se concluye hay un cambio de actitudes y mejora en las relaciones interpersonales de los alumnos, asimismo, las burlas hacia los compañeros también disminuyeron, es decir, en términos generales la percepción de la agresividad se ubicó en niveles bajos en los educandos.

En cuanto al soporte teórico, estos resultados se atribuyen a la caracterización funcional de las habilidades de socialización, ya que permiten una autorregulación funcional de la agresividad, con altas implicaciones en las muestras de adolescentes, debido que permiten impulsar mecanismos de comunicación efectiva, para generar vías de solución factibles, que a largo plazo favorece a la integración del grupo, al desarrollo psicosocial del individuo y en general al ajuste cultural (Álvarez, et al. 2012)

Asimismo, como primer objetivo específico se reportó la influencia del programa de habilidades sociales en la agresividad física de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paijan, los resultados reportan para el grupo experimental puntuaciones con diferencias estadísticamente significativas, del pre al post test ( $p < .05$ ) en el análisis del promedio de marcaciones se observa una disminución en las puntuaciones obtenidas.

Los resultados indican que el programa aplicado, que comprendió el desarrollar las habilidades para la gestión de las interacciones sociales y la resolución de conflictos de forma funcional tiene implicaciones en la disminución de la agresividad física, como la expresión donde existe el uso indeliberado de la fuerza u otro objeto para ocasionar un daño, que, en situaciones reiteradas de alta intensidad, conlleva a la muerte de la víctima, convirtiéndose en un conflicto no solo interpersonal, además de índole legal, hallazgos que permiten validar la hipótesis.

Resultados que concuerdan con el estudio de, Patrício, et al. (2015) quienes establecieron la relación entre el compartimiento infractor con las habilidades sociales en adolescentes de Caerá-Brasil, las evidencias reportadas señalan que cuando se presenta dificultad en las habilidades sociales el comportamiento infraccional es alto, en tanto el comportamiento no infraccional reduce, esa misma dinámica se aprecia cuando hay dificultades en las dimensiones: empatía, autocontrol, civilidad, asertividad, abordaje afectivo y desenvoltura social.

Estos hallazgos según lo teórico, señalado por Estevez y Musitu (2016) se deben a las implicancias del desarrollo de una autoexpresión en situaciones sociales que permite interacciones positivas, asimismo a la defensa de los derechos, como aspectos intangibles de cada persona, además a la expresión de enfado, que permite regular las emociones que conllevan

a la agresividad, el saber decir no y el solicitar ayuda, genera que el sujeto logre la gestión oportuna de las manifestaciones de violencia, principalmente la física<sup>0</sup> que es la más notable en poblaciones de adolescentes.

Posteriormente, se estableció la influencia del programa de habilidades sociales en la agresividad verbal de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paijan, los hallazgos de la prueba t, distinguen para el grupo experimental diferencias estadísticamente significativas ( $p < .05$ ) del pre al post test, donde la media alcanzada refiere una puntuación inferior posterior a la aplicación del programa.

Estos resultados indican que el abordaje realizado para promover habilidades como la autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos, expresión de enfado o disconformidad, el decir no y cortar interacciones, el hacer peticiones e iniciar interacciones positivas influye en la disminución de la agresividad verbal, la cual caracteriza una agresión mediante el uso del lenguaje, enmarcado con insultos, difamaciones, etiquetas, descalificativo, gritos, entre otros, que generan consecuencias psicológicas en la víctima, relacionadas con el autoconcepto, autoestima, y auto valía, conllevando a problemas como la depresión, ansiedad, entre otros, por lo cual se acepta la hipótesis.

Hallazgos, que concuerdan con la investigación de García (2017) al desarrollar un programa denominado para disminuir la agresividad en alumnos de quinto grado de Lima, obtuvo que la agresividad verbal disminuye al fortalecer otros mecanismos de expresión y regulación psicoemocional, de esta manera, el haber trabajado un programa de tratamiento donde se les enseñe a los adolescentes a fortalecer sus recursos hizo que sea menor la agresividad al término del tratamiento, con ello se acepta la hipótesis de investigación.

Estos resultados se sustentan en la teoría, señalada por Belgich (2013) quien sustenta que la agresividad verbal se puede disminuir mediante el desarrollo de las habilidades propicias para la interacción entre pares y demás figuras sociales, ya que permiten no solo establecer redes de apoyo funcional, además se logra generar vías de soluciones ante problemas interaccionales,

mediante el uso de la comunicación, la negociación y el control de los impulsos que conllevan a las manifestaciones agresivas, como la verbal (Belgich, 2013).

En el siguiente objetivo, se obtuvo la influencia del programa de habilidades sociales en la ira de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paján, en los resultados se observan la presencia de diferencias estadísticamente significativas ( $p < .05$ ) para las puntuaciones del pre y post test del grupo experimental, en su análisis descriptivo se observa que la media obtenida para la ira después de la aplicación del programa es menor.

Estos resultados, significan que el programa realizado con el propósito de impulsar la manifestación tanto verbal como no verbal, frente a la interacción sociocultural, sea de presión o no, sin manifestaciones de agresividad o de ansiedad, permite la disminución de la ira, que corresponde a un conjunto de pensamientos y emociones de enfado, que están siendo contenidas, con una alta probabilidad de su estallido, con consecuencias negativas para el medio, sin embargo, es notable en la expresión física-gestual, del sujeto que presenta este atributo, de tal manera que se confirma la hipótesis.

Resultados que concuerdan con la investigación de Castillo (2016) quien desarrolló un estudio con la finalidad medir la influencia de un programa de habilidades sociales en el comportamiento agresivo en alumnos, las evidencias reportadas indican que el programa haciendo verdaderos amigos generó efecto significativo en el comportamiento agresivo de los participantes, es decir, que al comparar las puntuaciones del post test en el grupo control y experimental hubo diferencias significativas, disminuyendo así la ira que propicia a la agresividad puntuando en menor nivel el comportamiento agresivo en el grupo experimental.

Ello se sustenta por Chávez y Aragón (2017) al exponer que las habilidades sociales favorecen al proceso de control de la ira, debido a la disposición para la autorregulación de la conducta manifiesta, asimismo sobre los impulsos primarios del ser humano, ya que su objetivo es generar interacciones que tengan funcionalidad y aporten al desarrollo afectivo, de tal manera que su caracterización es de suma relevancia para la adolescencia, debido que es el periodo donde

existe una mayor inestabilidad en la ira, como consecuencia de los cambios biológicos, psicológicos y propios de la adaptación social.

Como último objetivo específico, se indicó la influencia del programa de habilidades sociales en la hostilidad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paijan, los resultados evidencian cambios estadísticamente significativos ( $p < .05$ ) en el grupo experimental en cuanto al antes y después de la aplicación del programa, donde la media obtenida evidencia una disminución en la variable hostilidad.

Estos resultados refieren que el que el abordaje realizado para promover habilidades como la autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos, expresión de enfado o disconformidad, el decir no y cortar interacciones, el hacer peticiones e iniciar interacciones positivas, tiene implicaciones en la disminución de la hostilidad, que son las manifestaciones tanto explícitas como encubiertas, que tiene el objetivo de intimidar al medio social, de tal manera que se evite todo tipo de contacto comportamental o emocional, sin embargo, esta manifestación es poco frecuente con el grupo de pares cercanos, con quien se comparte características y afinidades, por ello la hostilidad es más frecuente hacía figuras de autoridad social, de tal manera se asevera la hipótesis pautada.

Hallazgos, que también concuerdan con los resultados de Tujillo (2017) quien desarrolló un estudio con la finalidad de analizar la relación entre habilidades sociales y agresividad en adolescentes de Comas, donde la hostilidad se relaciona de forma inversa con las habilidades sociales, por lo cual el tener una gestión oportuna de las conductas y manifestaciones interpersonales, permitió a la muestra de estudio controlar la hostilidad y así mejorar su interacción.

Estos resultados se atribuyen a nivel teórico, según la regulación que genera las habilidades sociales sobre la hostilidad, debido a su abordaje en las cogniciones, que desencadenan las emociones y finalmente el comportamiento disruptivo, de tal manera que el desarrollo de mecanismos para la socialización, permite tener una regulación favorable sobre la conducta atípica, la cual incluye la hostilidad, que limita justamente esta particularidad (Alonso, 2012).

Por lo antes mencionado, se logra enmarcar que la investigación genera un aporte de suma importancia al campo de la práctica profesional, al demostrar la efectividad del programa, se logra la viabilidad de su aplicación en otros contextos donde se observe una problemática similar, lo cual coadyuva al desempeño de los profesionales de la salud psicoeducativa, en esta medida benefició al grupo experimental, y largo plazo su réplica favorece a otros grupos sociales, además aporta a las teóricas de ambas variables, así como a los supuestos de las habilidades sociales sobre la agresividad, que por ultimo genera un aporte metodológico, al estructurar un trabajo previo de referencia investigativa, constituyendo un estudio de impacto.

## **V. CONCLUSIONES**

Se determinó la influencia del programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján, con resultados que reflejan diferencias estadísticamente significativas ( $p<.05$ ) en el pre y post test del grupo experimental.

Se reportó la influencia del programa de habilidades sociales en la agresividad física de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján, con resultados que reflejan diferencias estadísticamente significativas ( $p<.05$ ) en el pre y post test del grupo experimental.

Se estableció la influencia del programa de habilidades sociales en la agresividad verbal de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján, con resultados que reflejan diferencias estadísticamente significativas ( $p<.05$ ) en el pre y post test del grupo experimental.

Se obtuvo la influencia del programa de habilidades sociales en la ira de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján, con resultados que reflejan diferencias estadísticamente significativas ( $p<.05$ ) en el pre y post test del grupo experimental.

Se indicó la influencia del programa de habilidades sociales en la hostilidad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján, con resultados que reflejan diferencias estadísticamente significativas ( $p<.05$ ) en el pre y post test del grupo experimental.

## **VI. RECOMENDACIONES**

Realizar el programa sobre el grupo de control, de tal manera que los resultados favorables se generalicen a toda la población accesible, desarrollando las habilidades sociales propicias para la agresividad.

Replicar el estudio en otros contextos, donde se evidencia la presencia de patrones de agresividad que inciden en el desarrollo normativo de las diversas poblaciones de adolescentes.

Considerar que los resultados son referentes para poblaciones de adolescentes de 13 a 17 años de edad, que en otros rangos de edades se debe considerar la realización de un nuevo estudio para la intervención psicoeducativa.



## VII. REFERENCIAS

- Alonso, J. (2012). *Psicología* (2da ed.). México D.F.: Mc Graw Hill.
- Álvarez, D., Núñez, J. & Dobarro, A. (2012). *CUVE 3 Cuestionario de Violencia Escolar*. España: Albor-Cohs.
- Andreu, J., Peña, M. & Graña, J. (2002). Adaptación psicométrica de la versión española del Cuestionario de Agresión. *Psicothema*, 14(2), 476-482.
- Arm, R., Dahinten, V., Marshall, S. & Shapka, J. (2011). An examination of the reciprocal relationships between adolescents' aggressive behaviors and their perceptions of parental nurturance. *Journal of Youth Adolescence*, 40, 207-220
- Azebedo, R., Vanila, R., Azebedo, T., Sica, A., Jansen, K., Lessa, B., Dias de Mattos, L. & Tavares, R. (2012). Bullying and associated factors in adolescents aged 11 to 15 years. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 34(1), 19-24
- Ballesteros, F. (2013). *Evaluación Psicológica*. (2da. Ed.). Madrid: Pirámide
- Beck, A. & Clark, D. (2012). *Terapia Cognitiva para trastornos de Ansiedad*. Bilbao: Desclée de Brouwer
- Belgich, H. (2013). *Escuela, Violencia y Niñez: nuevos modos de convivir* (4ta. Ed. Rosario: Homo Sapiens.
- Bosch, C. (2011). Aggression and violence and the achievement gap among urban minority youth. *J Sch Health*, 81, 619-625.

- Buss, A. & Perry, M. (1992). The aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-459. Recuperado de: <http://psycnet.apa.org/buy/1993-00039-001>
- Buss, A. (1961) *The psychology of aggression*. New York: Wiley. Recuperado de: <http://garfield.library.upenn.edu/classics1982/A1982MV90100001.pdf>
- Brunstein, A., Sourander, A. & Gould, M. (2010). The Association of Suicide and Bullying in Childhood to Young Adulthood: A Review of Cross-Sectional and Longitudinal Research Findings. *Canadian Journal of Psychiatric*, 55(5), 282-288.
- Castillo, M. (2016). *Programa de habilidades sociales para disminuir la conducta agresiva de los estudiantes del 2do de secundaria de la I.E. 1174 "Virgen del Carmen" – San Juan de Lurigancho, 2015*. (Tesis de Maestría). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Canto, J. (2006). *Psicología de los grupos*. Estructura y procesos. Málaga: Aljibe.
- Carrasco, M. & González, M. (2006). Aspectos conceptuales de la agresión: definición y modelos explicativos. *Acción Psicológica*, 4(2), 7-38. Recuperado de <http://revistas.uned.es/index.php/accionpsicologica/article/viewFile/478/417>
- Castillo, M. (2016). Programa de habilidades sociales para disminuir la conducta agresiva de los estudiantes del 2do de secundaria de la I.E. 1174 "Virgen del Carmen" – San Juan de Lurigancho, 2015. (Tesis de Maestría). Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú.
- Cava, M. (2011). Familia, profesorado e iguales: claves para el apoyo a las víctimas de acoso escolar. *Psychosocial Intervention*, 20(2), 183-192.
- Colegio de psicólogos del Perú (2017). *Código de Ética Profesional del Psicólogo Peruano*. Recuperado de: [https://www.cpsp.pe/documentos/marco\\_legal/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)

- Chávez, M. & Aragón, L. (2017). Habilidades sociales y conductas de bullying. *Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social*, 3(1), 21-37.
- Estevez, E. & Musitu, G. (2016). *Intervención psicoeducativa en el ámbito familiar, social y comunitario*. Madrid: Paraninfo
- García, A. (2017). *Desgranando la agresividad adolescente: relación con variables familiares, escolares y personales*. (Tesis Doctoral). Universidad Nacional de Educación a Distancia, Madrid, España.
- García, H. (2017). *Programa “Fortaleciéndome” para disminuir la agresividad en estudiantes del quinto de primaria “Nuestra Señora de Fátima” Comas – Lima – 2017*. (Tesis de Maestría). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Garaigordobil Landazabal, M. (2008). Assessment of the effects of a cooperative play programmed for children aged 10-11 years on social adaptation and on the perception that parents, teachers and peers have of children's prosocial behaviors. *Infancia y Aprendizaje: Journal for the Study of Education and Development*, 31(3), 303-318.
- Gil, F. & León, J. (1998). *Habilidades Sociales. Teoría, investigación e intervención*. Madrid: Síntesis.
- Gismero, E. (2010). *Escala de Habilidades Sociales* (3º Ed.). Madrid: Tea
- González, M. (2012). *Violencia intrafamiliar: características descriptivas, factores de riesgo y propuesta de un plan de intervención*. Madrid: Published.
- Gumpel, T. & Meadan, H. (2000). Children's perceptions of school-based violence. *British Journal of Educational Psychology*, 70(3), 391-404.

- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. (6<sup>ta</sup> ed.). México: McGraw-Hill Interamericana.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura Noticia (17 de enero, 2017). UNESCO: El acoso y la violencia escolar afecta a uno de cada cuatro niños. Recuperado de: <https://news.un.org/es/story/2017/01/1371791>
- Nureña, C. (2015). Juventud y Violencia en el Perú. Recuperado de: [https://www.researchgate.net/publication/271707403\\_Juventud\\_y\\_violencia\\_en\\_el\\_Peru](https://www.researchgate.net/publication/271707403_Juventud_y_violencia_en_el_Peru)
- Matalinares, M., Yaringaño, J. Uceda, J., Fernández, E. Huari, Y., Campos, A. & Villavicencio, N. (2012). Estudio psicométrico de la versión española del cuestionario de agresión de Buss y Perry. *Revista IIPSI*, 15(1), 147-161. Recuperado de: <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/download/3674/2947>
- Mendoza, B. (2012). *Bullying los múltiples rostros del abuso escolar*. Córdoba: Brujas.
- Myers, D. & Spencer, S. (2014). *Social Psychology* (2da ed.). Toronto: McGraw-Hill.
- Ministerio de Educación (28 de febrero 2019). Número de casos registrados en el SíseVe a nivel nacional. *MINEDU*. Recuperado de: <http://www.siseve.pe/Seccion/Estadisticas>
- Otzen, T. & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232.
- Papalia, Duskin y Martorell (2012). *Desarrollo humano* (12va Ed). México D.F.: McGrawHill.
- Pakaslahti, P. (2000). Children's and adolescents' aggressive behavior in context: the development and application of aggressive problem-solving strategies. *Aggression and Violent Behavior*, 5(5), 467-490.

- Patrício, M., Maia, F. & Bezerra, C. (2015). Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la adolescencia. *Subjetividad y procesos cognitivos*, 19(2), 17-38.
- Rajan, S., Namdar, R., & Ruggles, K. (2015). Aggressive and violent behaviors in the school environment among a nationally representative sample of adolescent youth. *J Sch Health*. 85(7), 446-457.
- Santamaría, J. (2014). *Propuesta pedagógica para disminuir la agresividad en los estudiantes a través de los juegos tradicionales*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Libre Colombia, Bogotá, Colombia.
- Secretaria Nacional de la Juventud (SENAJU, 2016). ¿Cómo son los adolescentes infractores en el Perú? Lima, Perú.
- Tujillo, F. (2017). *Habilidades sociales y agresividad en adolescentes de Instituciones Educativas Públicas del distrito de Comas, 2017*. (Tesis de Licenciatura). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Urzúa, R., & Correa, M. (2005). Adolescencia, pares, escuela y medios masivos de comunicación. En R. Florenzano (Ed.), *El adolescente y sus conductas de riesgo* (pp. 85-98). Santiago: Ediciones UC. Recuperado de <http://www.jstor.org/stable/j.ctt15hvsnh.8>

## **ANEXOS**

### **Anexo 01**

*Consentimiento informado para cada alumno y constancia.*

## **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

### **Estimado (a) colaborador(a):**

Nos dirigimos para solicitarte su valiosa participación en el presente trabajo de investigación titulado Programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján, realizado por la Ps. Flores Rodríguez, Rosa Anita

Su colaboración es voluntaria, ya que esta investigación no causará ninguna afectación hacia su persona, ya que se respetará todos sus derechos puesto que nos basaremos en los principios éticos. Toda información obtenida de su persona es de carácter confidencial siendo no necesario el colocar sus nombres y apellidos completos en el instrumento.

### **Autorización del participante**

Después de haber leído el presente documento y de aclarar cualquier duda, consintiendo de manera voluntaria mi colaboración en esta investigación. Doy fe que he sido notificado de que se respetara mi derecho de reservar mi nombre en cualquier instrumento usado por la investigadora en la obtención de mi información.

Trujillo \_\_\_\_de \_\_\_\_\_del 2019

---

Firma del participante



## CONSTANCIA

Conste por el presente documento, menciono que la psicóloga Rosa Anita Flores Rodríguez, con el DNI 70044627, estudiante de Posgrado de la Maestría de Intervención Psicológica de la Universidad César Vallejo ha realizado la investigación denominada **“Programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján”**, en la I.E. Alfonso Ugarte.

Paiján 26 de junio del 2019.



  
**Segundo Eduardo Galvez Guerrero**  
**DIRECTOR**

## Anexo 02

### Cuestionario de agresión (AQ)

#### CUESTIONARIO DE AGRESIÓN

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Grado y sección: \_\_\_\_\_

A continuación, encontrarás una serie de preguntas relacionadas con tu forma de actuar, se te pide que marques con “X” una de las cinco opciones que aparecen en el extremo derecho de cada pregunta. Por favor, selecciona la opción que mejor explique tu forma de comportarte. Las respuestas son anónimas.

| Completamente<br>falso para mí<br>1                                                   | Bastante<br>falso para mí<br>2 | Ni verdadero ni<br>falso para mí<br>3 | Bastante verdadero<br>para mí<br>4 | Completamente<br>verdadero para mí<br>5 |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------|---|
|                                                                                       |                                |                                       |                                    |                                         |   |
| 1. De vez en cuando no puedo controlar el impulso de golpear a otra persona.          | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 2. Cuando no estoy de acuerdo con mis amigos, discuto abiertamente con ellos.         | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 3. Me enfado rápidamente, pero se me pasa enseguida.                                  | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 4. A veces soy bastante envidioso.                                                    | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 5. Si me provoca lo suficiente, puedo golpear a otras personas.                       | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 6. A menudo no estoy de acuerdo con la gente.                                         | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 7. Cuando estoy frustrado, muestro el enfado que tengo.                               | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 8. En ocasiones siento que la vida me ha tratado injustamente.                        | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 9. Si alguien me golpea, le respondo golpeándole también.                             | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 10. Cuando la gente me molesta, discuto con ellos.                                    | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 11. Algunas veces me siento tan enfadado como si estuviera a punto de estallar.       | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 12. Parece que siempre son otros los que consiguen las oportunidades.                 | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 13. Me suelo implicar en las peleas algo más de lo normal.                            | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 14. Cuando la gente no está de acuerdo conmigo, no puedo remediar discutir con ellos. | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 15. Soy una persona tranquila.                                                        | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 16. Me pregunto por qué algunas veces me siento tan resentido por algunas cosas.      | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 17. Si tengo que recurrir a la violencia para proteger mis derechos, lo hago.         | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 18. Mis amigos dicen que discuto mucho.                                               | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 19. Algunos de mis amigos piensan que soy una persona impulsiva.                      | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 20. Sé que mis “amigos” me critican a mis espaldas.                                   | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 21. Hay gente que me provoca a tal punto que llegamos a pegarnos.                     | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 22. Algunas veces pierdo los estribos sin razón.                                      | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 23. Desconfío de desconocidos demasiado amigables.                                    | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 24. No encuentro ninguna razón justificable para pegar a una otra persona.            | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 25. Tengo dificultades para controlar mi genio.                                       | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 26. Algunas veces siento que la gente se está riendo de mí a mis espaldas.            | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 27. He amenazado a gente que conozco.                                                 | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 28. Cuando la gente se muestra especialmente amigable, me pregunto que querrán.       | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |
| 29. He llegado a estar tan furioso que rompía cosas.                                  | 1                              | 2                                     | 3                                  | 4                                       | 5 |



## Anexo 3

Tabla 10

*Puntos de corte del instrumento de agresión*

| Nivel | Factores           |   |    |                    |   |    |     |   |    |            |   |    | Agresividad |   |     |
|-------|--------------------|---|----|--------------------|---|----|-----|---|----|------------|---|----|-------------|---|-----|
|       | Agresividad física |   |    | Agresividad verbal |   |    | Ira |   |    | Hostilidad |   |    |             |   |     |
| Alto  | 33                 | - | 45 | 19                 | - | 25 | 27  | - | 35 | 30         | - | 40 | 107         | - | 145 |
| Medio | 22                 | - | 33 | 13                 | - | 18 | 17  | - | 26 | 20         | - | 29 | 69          | - | 106 |
| Bajo  | 9                  | - | 21 | 5                  | - | 12 | 7   | - | 16 | 8          | - | 19 | 29          | - | 68  |

#### Anexo 04

Programa de Habilidades Sociales en la Agresividad de Adolescentes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa de Paiján.

### **PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES EN LA AGRESIVIDAD DE ADOLESCENTES DE CUARTO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE PAIJÁN**

#### **DATOS INFORMATIVOS**

|                          |   |                                                               |
|--------------------------|---|---------------------------------------------------------------|
| Unidad ejecutora         | : | Ps. Flores Rodríguez, Rosa Anita                              |
| Unidad beneficiaria      | : | Estudiantes de 4to de secundaria                              |
| Localización             | : | Paiján                                                        |
| Actores                  | : | Adolescentes de 13 a 17 años de edad                          |
| Vigencia                 | : | Inicio: 04 de junio del 2019<br>Termino: 26 de junio del 2019 |
| Tiempo de administración | : | 30 minutos por sesión                                         |

#### **OBJETIVOS**

**Objetivo General:** Promover las habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.

#### **Objetivos Específicos:**

Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.

Impulsar la defensa de los propios derechos como consumidor en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.

Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.

Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.

Impulsar el hacer peticiones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.

Desarrollar el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.

## **DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA**

El desarrollo del programa comprende 10 sesiones, con una duración de 30 minutos en promedio, Promover las habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján, mediante la autoexpresión en situaciones sociales que se desarrolla en las sesiones 1 y 2, bajo los títulos aprendo los tipos de expresión social y aprendo a expresarme en situaciones sociales, asimismo la defensa de los propios derechos como consumidor, desarrollado en la sesión 3 bajo el título defendiendo mis derechos, para el siguiente objetivo se orienta la expresión de enfado y disconformidad, realizado en las sesiones 4, 5 y 6, bajo los títulos Situaciones que me enfadan, Manejo mi enfado y Ejercito mi control de enfado, para el siguiente objetivo se trabajó el decir no y cortar interacciones, descritas en las sesiones 7 y 8, bajo la denominación Identifico las situaciones de riesgo y Aprendo a decir no y cortar interacciones, en cuanto hacer peticiones se realizó en la sesión 9 con el título Hago peticiones asertivamente, en la última sesión se trabajó el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, con la denominación Establezco relaciones positivas, conllevando un desarrollo competente y con los aspectos éticos correspondientes a la ley.

El programa se realizará dos veces hasta tres veces a la semana, con sesiones de 30 minutos en promedio, con la participación de estudiantes de 13 a 17 años de edad, de una institución educativa de Paiján, que se realizará del 04 de junio del 2019 al 26 de junio del 2019.

### **EVALUACIÓN**

Se evaluará con el cuestionario de agresión AQ, el cual tiene las siguientes dimensiones:

- Agresividad física
- Agresividad Verbal
- Ira
- Hostilidad

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>N° de sesión</b>            | <b>1</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Nombre</b>                  | Aprendo los tipos de expresión social                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Objetivos</b>               | Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Desarrollo del programa</b> | <p><b>PREPARACIÓN:</b> La facilitadora inicia con su presentación, a continuación, explica el propósito del programa, así como de la sesión a realizar, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>PROPUESTA:</b> La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la autoexpresión en situaciones sociales, englobándolas en tres, pasiva, agresiva y asertiva, posterior a ello, se realizará la dinámica “Identifico los tipos de expresión”, se indica la formación de 3 grupos, a cada uno, se le brinda un plumón, un papelote y una cinta adhesiva, la consigna es la descripción como mínimo de 3 ejemplos de expresión sea pasiva, agresiva o asertiva, según la designación aleatoria, a continuación se solicita su exposición, mientras que la responsable genera interrogantes: ¿Cómo supieron que esa es una expresión agresiva, pasiva o asertiva? ¿Cuáles son las características de una expresión agresiva, pasiva o asertiva? ¿Qué consecuencias puede generar una autoexpresión agresiva, pasiva o asertiva? entre otras que promuevan la identificación y análisis conductual.</p> <p><b>RELAJACIÓN:</b> La facilitadora instruye en la realización de la técnica Observación de la respiración, que permite el autocontrol.</p> <p><b>REFLEXIÓN:</b> ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivos de comentarios y opiniones.</p> |
| <b>Materiales y recursos</b>   | <p>Salón de clases de los alumnos.</p> <p>03 Papelotes</p> <p>03 Plumones</p> <p>03 cintas adhesivas</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>N° de sesión</b>            | <b>2</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Nombre</b>                  | Aprendo a expresarme en situaciones sociales                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Objetivos</b>               | Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Desarrollo del programa</b> | <p><b>PREPARACIÓN:</b> La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>PROPUESTA:</b> La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a como es una expresión asertiva en situaciones sociales que generan conflicto, teniendo en consideración cinco pasos, 1° Expresar las emociones, 2° Expresar que cosa la generan 3° Solicitar alternativas de solución 4° Expresar alternativas de solución 5° Llegar a un acuerdo, en el caso no se logre cumplir el último paso, expresar las posibles consecuencias, posterior a ello se realiza la dinámica “Practico mi expresión asertiva”, se indica la formación de 5 grupos, a cada uno se le otorga una hoja bond, donde escribirán detalladamente un ejemplo donde pongan en práctica estos 5 pasos, luego cada grupo escenificara la escena, donde es obligatorio la participación de todos, en este sentido la responsable realizará interrogante: ¿Cuál no hubiera sido una conducta asertiva? ¿Cómo lograr tener esa conducta asertiva? ¿Qué emociones se presentan en una conducta asertiva?, entre otras que propicien al aprendizaje y análisis.</p> <p><b>RELAJACIÓN:</b> La facilitadora instruye en la realización de la técnica de respiración profunda, que permite el autocontrol emocional.</p> <p><b>REFLEXIÓN:</b> ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivos de comentarios y opiniones.</p> |
| <b>Materiales y recursos</b>   | <p>Salón de clases de los alumnos.</p> <p>5 hojas bond</p> <p>1 Tiza</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>N° de sesión</b>            | <b>3</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Nombre</b>                  | Defiendo mis derechos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Objetivos</b>               | Impulsar la defensa de los propios derechos como consumidor en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Desarrollo del programa</b> | <p><b>PREPARACIÓN:</b> La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>PROPUESTA:</b> La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a los derechos como consumidor, posterior a ello se realiza la dinámica “Cuando debo defender mis derechos”, se utilizará dos papelotes, en el primero se solicitara que los alumnos escriban cuando es justo la defensa de los derechos como consumidor, y en el segundo papelote cuando es injusto, luego se conllevará el debate de cada idea junto a la intervención de la facilitadora con preguntas ¿Por qué es justo? ¿Por qué es injusto? ¿Qué harías en esta situación? Entre otras, además la facilitadora propone diversos ejemplos donde los alumnos opinaran sobre cuándo se debe defender los derechos como consumidor y cuando no es pertinente, de esta manera se propicia a la participación activa, el análisis y el aprendizaje.</p> <p><b>RELAJACIÓN:</b> La facilitadora instruye en la realización de la técnica Relajación mediante el suspiro, que permite el autocontrol.</p> <p><b>REFLEXIÓN:</b> ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones de forma recíproca.</p> |
| <b>Materiales y recursos</b>   | <p>Salón de clases de los alumnos.</p> <p>02 Papelotes</p> <p>02 Plumones</p> <p>01 cinta adhesiva</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>N° de sesión</b>            | <b>4</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Nombre</b>                  | Situaciones que me enfadan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Objetivos</b>               | Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Desarrollo del programa</b> | <p><b>PREPARACIÓN:</b> La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>PROPUESTA:</b> La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado y disconformidad, posterior a ello se realiza la dinámica “Cosas que me enfadan”, a cada participante se le otorga un recuadro de hoja bond, donde se solicita que de forma anónima y honesta, escriba aquellas cosas que le generan enfado o disconformidades, que justamente conllevan a conductas agresivas, posterior a ello, se recolecta todas las hojas, se llenan en una caja, y de forma aleatoria se retira una por una dando lectura, junto a un debate sobre si es razonable o es ilógico, promoviendo una participación así como el análisis grupal, de esta manera la facilitadora escribirá en dos papelotes, cuales son las situaciones que generan un enfado normativo y cuáles son ilógicas, favoreciendo a una actitud analítica para su práctica en situaciones similares.</p> <p><b>RELAJACIÓN:</b> La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración natural completa, que permite el autocontrol.</p> <p><b>REFLEXIÓN:</b> ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones.</p> |
| <b>Materiales y recursos</b>   | <p>Salón de clases de los alumnos.</p> <p>10 Hojas bond</p> <p>02 Papelotes</p> <p>01 Plumones</p> <p>01 cinta adhesiva</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |



|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>N° de sesión</b>            | <b>5</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Nombre</b>                  | Manejo mi enfado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Objetivos</b>               | Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Desarrollo del programa</b> | <p><b>PREPARACIÓN:</b> La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>PROPUESTA:</b> La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado o disconformidad, posterior a ello se realiza la dinámica “Manejo mi enfado”, para lo cual se repartirá un protocolo (Anexo 01), donde se explicara que en la primera fila, tienen que describir una situación de enfado que hayan pasado, en la segunda columna, con total honestidad, la reacción que tuvieron, a continuación una apreciación de las consecuencias si actúan de forma negativa ante dicha situación y las consecuencias de ser asertivo, en la última columna se debe describir actividades alternativas para disminuir el enfado, posterior a ello se pedirá la participación de cada participante, que junto a la facilitadora, se promoverá el análisis de cada situación, finalmente en un papelote se escribirá la actividad alternativa seleccionada para el enfado, la cual debe ser funcional.</p> <p><b>RELAJACIÓN:</b> La facilitadora instruye en la realización de la técnica respiración purificante, que permite el autocontrol.</p> <p><b>REFLEXIÓN:</b> ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> |
| <b>Materiales y recursos</b>   | <p>Salón de clases de los alumnos.</p> <p>25 fotocopias del protocolo “Manejo mi enfado” (Anexo 01).</p> <p>01 Plumón</p> <p>01 Papelote</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|  |                   |
|--|-------------------|
|  | 01 Cinta adhesiva |
|--|-------------------|

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>N° de sesión</b>            | <b>6</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Nombre</b>                  | Ejercito mi control de enfado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Objetivos</b>               | Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Desarrollo del programa</b> | <p><b>PREPARACIÓN:</b> La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>PROPUESTA:</b> La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado o disconformidad, en cuanto a los indicadores de una expresión disfuncional, basándose en 3 etapas, presencia de pensamientos irracionales, emociones negativas, como la ira, miedo, tristeza, entre otras, y disposición para la conducta violenta. Posterior a ello se realizará la dinámica “ejercito mi control de enfado”, para a ello se forma 4 grupos que escenificaran, los dos primeros una escena de manejo del enfado según cada etapa, y a los otros 2 un escenario donde no exista este manejo funcional, posterior a ello la facilitadora interviene con preguntas como ¿Qué se debió realizar para un mejor manejo del enfado? ¿Cuál fue la situación que provoco el enfado? ¿Qué consecuencias genera un enfado sin control?, entre otras que promuevan el análisis y discusión dentro del salón, favorable para un aprendizaje significativo, mediante la experiencia.</p> <p><b>RELAJACIÓN:</b> La facilitadora instruye en la realización de la técnica del molino, que permite la relajación frente a largas horas escolar. <b>REFLEXIÓN:</b> ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> |
| <b>Materiales y recursos</b>   | Salón de clases de los alumnos.<br>01 Plumón                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

|  |                                  |
|--|----------------------------------|
|  | 01 Papelote<br>01 Cinta adhesiva |
|--|----------------------------------|

| N° de sesión            | 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nombre                  | Identifico las situaciones de riesgo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Objetivos               | Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Desarrollo del programa | <p><b>PREPARACIÓN:</b> La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>PROPUESTA:</b> La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido al decir no y cortar interacciones, que sean de riesgo, posteriormente se realizará la dinámica identifico las situaciones de riesgo, a cada alumno se le otorgara un recuadro de hoja bond, donde escribirán diversas situaciones de riesgo, que hayan vivido, escuchado o crean que lo son, posterior a ello se recolectará, para ser escritas en un papelote, para su análisis entre la facilitadora y los participantes, con preguntas como: ¿Por qué es de riesgo? ¿Qué consecuencias derivan de esta situación? ¿Por qué la agresividad es frecuente en estas situaciones?, entre otras interrogantes que tienen como objetivo promover la actitud analítica, para su posterior practica en situaciones de riesgo, donde sea necesario un proceder conductual oportuno.</p> <p><b>RELAJACIÓN:</b> La facilitadora instruye en la realización de la técnica Flexión, que permite la relajación frente a la tensión.</p> <p><b>REFLEXIÓN:</b> ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> |
| Materiales y recursos   | Salón de clases de los alumnos.<br>02 Plumón                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|  |                                  |
|--|----------------------------------|
|  | 02 Papelote<br>01 Cinta adhesiva |
|--|----------------------------------|

| N° de sesión            | 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nombre                  | Aprendo a decir no y cortar interacciones                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Objetivos               | Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Desarrollo del programa | <p><b>PREPARACIÓN:</b> La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>PROPUESTA:</b> La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a como decir no y cortar interacciones, en cuatro pasos, 1° Describir la conducta percibida como riesgosa, 2° Expresar la emoción que esta situación genera, 3° explicar por qué de esta emoción 4° Mencionar la decisión de decir no o cortar la interacción, posteriormente se realiza la dinámica “Aprendo a decir no y cortar interacciones”, para ello de forma 5 grupos, a cada uno se solicite armen una escena donde se evidencia una situación de riesgo junto al desarrollo de los 4 pasos, después de la participación de cada grupo se conllevara un análisis e intervención de los demás participantes, con preguntas de la facilitadora, como: ¿si no hubieran cortado la interacción que consecuencias tendrían? ¿en el caso la otra persona no acepte cortar la interacción que podemos hacer?, entre otras que favorecen a un aprendizaje de formas para decir no y cortar interacciones.</p> <p><b>RELAJACIÓN:</b> La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración alternante, para la relajación frente a cefaleas.</p> <p><b>REFLEXIÓN:</b> ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> |

|                              |                                                                                  |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Materiales y recursos</b> | Salón de clases de los alumnos.<br>01 Plumón<br>01 Papelote<br>01 Cinta adhesiva |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>N° de sesión</b>            | <b>9</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Nombre</b>                  | Hago peticiones asertivamente                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Objetivos</b>               | Impulsar el hacer peticiones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Desarrollo del programa</b> | <p><b>PREPARACIÓN:</b> La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>PROPUESTA:</b> La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a realizar peticiones, en 3 pasos, 1° solicitar que es aquello que se quiere 2° Explicar porque se necesita de ayuda 3° Consecuencias positivas de recibir la ayuda, luego se realizará la dinámica “Hago peticiones asertivamente”, se forman 4 grupos, a los dos primeros, se solicita armen escenas donde se exprese una petición de forma asertiva, a los otros dos una petición de forma agresiva, para llevar su análisis, con preguntas como: ¿Por qué es una petición asertiva? ¿Por qué es una petición asertiva? ¿Cuáles son las consecuencias?, donde además se solicita opiniones de los demás participantes y su intervención, para lograr promover una participación activa que favorece a una actitud analítica sobre situaciones de riesgo y un aprendizaje significativo mediante la experiencia.</p> <p><b>RELAJACIÓN:</b> La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración natural completa e imaginación, para la relajación frente a situaciones de presión.</p> |

|                       |                                                                                                                                 |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones |
| Materiales y recursos | Salón de clases de los alumnos.<br>01 Plumón<br>01 Papelote<br>01 Cinta adhesiva                                                |

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>N° de sesión</b>     | <b>10</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Nombre                  | Establezco relaciones positivas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Objetivos               | Desarrollar el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Desarrollo del programa | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, posterior a ello se realizará la dinámica “establezco relaciones positivas”, donde se formaran dos grupos, uno de hombres otro de mujeres, a cada uno se les brindará dos papelotes y un plumón, con la consiga que en uno escribirán aquellas cosas que son agradables para establecer una interacción social, y en el otro papelote aquellas acciones que les genera disconformidad o malestar, luego se realizará una exposición de cada grupo, así como su debate con preguntas tales como: ¿Por qué esa acción es agradable? ¿Por qué esa acción es desagradable? ¿a que conlleva una acción desagradable?, entre otras, que permitan delimitar los aspectos positivos y negativos según sexo para una interacción favorable, proceso que contara con la total participación de la facilitadora, para que sea realizado de forma funcional.</p> |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     | <p><b>RELAJACIÓN:</b> La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración tranquilizadora, en situaciones de presión.</p> <p><b>REFLEXIÓN:</b> ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> |
| <p><b>Materiales y recursos</b></p> | <p>Salón de clases de los alumnos.</p> <p>04 Plumón</p> <p>04 Papelote</p> <p>01 Cinta adhesiva</p>                                                                                                                                                                                      |

## Anexo 01

### *Manejo mi enfado*

| Yo _____                |                        |                                       |                                       |                                                            |
|-------------------------|------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| MANEJO MI ENFADO        |                        |                                       |                                       |                                                            |
| Situación que me enfado | ¿Qué conducta exprese? | ¿Qué pasa si actuó de forma agresiva? | ¿Qué pasa si actuó de forma asertiva? | ¿Qué actividades puesto realizar para disminuir el enfado? |
|                         |                        |                                       |                                       |                                                            |
|                         |                        |                                       |                                       |                                                            |
|                         |                        |                                       |                                       |                                                            |

## Anexo 05



## EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar del programa título: **Programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján**. La evaluación de dicho programa es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al área de Educación como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

|                                                                                                                               |                                                                      |                        |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------|
| Nombre del juez:                                                                                                              | Andrea Lizzeth Zavaleta Páimango                                     |                        |               |
| Grado profesional:                                                                                                            | Maestría (X )<br>Doctor ( )                                          |                        |               |
| Área de Formación académica:                                                                                                  | Educación Inicial ( )                                                | Educación Primaria ( ) | Psicólogo (X) |
| Áreas de experiencia profesional:                                                                                             | Clínica                                                              |                        |               |
| Institución donde labora:                                                                                                     | Cibertec S.A.C                                                       |                        |               |
| Tiempo de experiencia profesional en el área :                                                                                | 2 a 4 años (X)<br>Más de 5 años ( )                                  |                        |               |
| Experiencia en Investigación Psicométrica :                                                                                   | Trabajo(s) psicométricos realizados<br>Título del estudio realizado. |                        |               |
| " Relación entre el autoconcepto y las conductas disociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa, 2018 " |                                                                      |                        |               |

### 2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

- Validar el contenido del programa de intervención.
- Juzgar la pertinencia de las actividades y técnicas de intervención de acuerdo a los objetivos diseñados por el autor (a).

### 3. DATOS DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN:

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre de la Programa :</b> | Programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Autor:</b>                  | Ps. Flores Rodríguez, Rosa Anita                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Objetivos :</b>             | <p>Promover las habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Impulsar la defensa de los propios derechos como consumidor en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Impulsar el hacer peticiones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Desarrollar el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> |
| <b>Administración:</b>         | 30 minutos por sesión                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Tiempo de aplicación:</b>   | Inicio 15 de mayo del 2019 y termino 14 de junio del 2019                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Ámbito de aplicación:</b>   | Individual y colectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |



#### 4. SOPORTE TEÓRICO

| Escala/AREA                 | Sub escala (dimensiones )                        | Definición                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>HABILIDADES SOCIALES</b> | Autoexpresión en situaciones sociales.           | Una manifestación comportamental y a la vez emocional, en escenarios de interacción, como la familia, grupo de pares, sistema educativo o comunidad, de una manera que no evidencia agresividad o ansiedad.                                                                                                                                                          |
|                             | Defensa de los propios derechos.                 | Defender los derechos como principios inalienables del ser humano, de tal manera que no permite un agravio personal o hacia terceras personas, que cumplan un papel de víctima frente a algún acto de violencia, agresión o abuso.                                                                                                                                   |
|                             | Expresión de enfado o disconformidad.            | Corresponde a una manifestación de ira, disgusto, frustración, tristeza, entre otras emociones, que se presentan ante una situación de presión, con la cual, el adolescente no se está de acuerdo, de esta manera, permite, la exteriorización del malestar, sin dañar a otras personas o bienes materiales, para proseguir con la búsqueda de soluciones oportunas. |
|                             | Decir no y cortar interacciones.                 | Hace referencia a la postura firme, sin recurrir a conductas de violencia, que transgredas u obliguen a la otra persona, asimismo caracteriza la capacidad de concluir interacciones sociales negativas, o que signifiquen un notable para la integridad física y psicológica.                                                                                       |
|                             | Hacer peticiones.                                | Permite al adolescente, pedir favores y ayuda cuando requiere del soporte de otra persona, sin que ello cause vergüenza, miedo, tristeza o desanimo, de esta manera permite el establecimiento de redes de apoyo funcional, y favorable para la toma de decisiones, así como adaptación al medio.                                                                    |
|                             | Inicia interacción positiva con el sexo opuesto. | Consiste en el establecimiento de vínculos socio afectivos con otra persona, del sexo opuesto, de tal manera que contribuye al desarrollo emocional y a la habilidad de socialización.                                                                                                                                                                               |



## 5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación, a usted le presento el PROGRAMA TITULADO “Programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.” Y SE SOLICITA QUE REALICE LA CALIFICACIÓN De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

| Categoría                                                                                                                        | Calificación                | La actividad y/o procedimientos                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CLARIDAD</b><br>El <b>actividad</b> se comprende fácilmente, es decir, el procedimiento esta adecuadamente descritos          | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> no es clara.                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas. |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | Se requiere una modificación muy específica                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.                                                                                                             |
| <b>COHERENCIA</b><br>El <b>actividad</b> tiene relación lógica con la el objetivo que se está midiendo                           | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> no tiene relación lógica con objetivo que se está midiendo                                                                                                 |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> tiene una relación tangencial con objetivo que se está midiendo                                                                                            |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | La <b>actividad</b> tiene una relación moderada objetivo que se está midiendo                                                                                                  |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> se encuentra completamente relacionado con la objetivo que se está midiendo                                                                                |
| <b>RELEVANCIA</b><br>El <b>actividad</b> es esencial o importante, es decir contribuye al desarrollo de los objetivos propuestos | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.                                                                                   |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.                                                                           |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | La <b>actividad</b> es relativamente importante.                                                                                                                               |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> es muy relevante y debe ser incluido.                                                                                                                      |

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

|                             |
|-----------------------------|
| 1 No cumple con el criterio |
| 2. Bajo Nivel               |
| 3. Moderado nivel           |
| 4. Alto nivel               |



- NOMBRE DEL PROGRAMA: Programa de habilidades sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.
- DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO: Agresividad física, Agresividad Verbal, Ira y Hostilidad.

| Nombre /<br>Objetivo de la actividad                                                                                                                                                                                                     | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Claridad | Coherencia | Relevancia | Observaciones/<br>Recomendaciones |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------|------------|-----------------------------------|
| <b>SESIÓN 1</b><br><br><b>APRENDO LOS TIPOS DE EXPRESIÓN SOCIAL.</b><br><br>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.       | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con su presentación, a continuación, explica el propósito del programa, así como de la sesión a realizar, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la autoexpresión en situaciones sociales, englobándolas en tres, pasiva, agresiva y asertiva, posterior a ello, se realizará la dinámica "Identifico los tipos de expresión", se indica la formación de 3 grupos, a cada uno, se le brinda un plumón, un papelote y una cinta adhesiva, la consigna es la descripción como mínimo de 3 ejemplos de expresión sea pasiva, agresiva o asertiva, según la designación aleatoria, a continuación se solicita su exposición, mientras que la responsable genera interrogantes: ¿Cómo supieron que esa es una expresión agresiva, pasiva o asertiva? ¿Cuáles son las características de una expresión agresiva, pasiva o asertiva? ¿Qué consecuencias puede generar una autoexpresión agresiva, pasiva o asertiva? entre otras que promuevan la identificación y análisis conductual.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Observación de la respiración, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivos de comentarios y opiniones.</p> | 3        | 4          | 4          |                                   |
| <b>SESIÓN 2</b><br><br><b>APRENDO A EXPRESARME EN SITUACIONES SOCIALES</b><br><br>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján. | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a como es una expresión asertiva en situaciones sociales que generan conflicto, teniendo en consideración cinco pasos, 1° Expresar las emociones, 2° Expresar que cosa la generan 3° Solicitar alternativas de solución 4° Expresar alternativas de solución 5° Llegar a un acuerdo, en el caso no se logre cumplir el último paso, expresar las posibles consecuencias, posterior a ello se realiza la dinámica "Practico mi expresión asertiva", se indica la formación de 5 grupos, a cada uno se le otorga una hoja bond, donde escribirán detalladamente un ejemplo donde pongan en práctica estos 5 pasos, luego cada grupo escenificara la escena, donde es obligatorio la participación de todos, en este sentido la responsable realizará interrogante:</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 4        | 4          | 3          |                                   |



|                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |   |   |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
|                                                                                                                                                                                                                                 | <p>¿Cuál no hubiera sido una conducta asertiva? ¿Cómo lograr tener esa conducta asertiva? ¿Qué emociones se presentan en una conducta asertiva?, entre otras que propicien al aprendizaje y análisis.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica de respiración profunda, que permite el autocontrol emocional.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivos de comentarios y opiniones.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |   |   |  |
| <p><b>SESIÓN 3</b></p> <p><b>DÉFIENDO MIS DERECHOS</b></p> <p>Impulsar la defensa de los propios derechos como consumidor en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a los derechos como consumidor, posterior a ello se realiza la dinámica "Cuando debo defender mis derechos", se utilizará dos papelotes, en el primero se solicitara que los alumnos escriban cuando es justo la defensa de los derechos como consumidor, y en el segundo papelote cuando es injusto, luego se conllevará el debate de cada idea junto a la intervención de la facilitadora con preguntas ¿Por qué es justo? ¿Por qué es injusto? ¿Qué harías en esta situación? Entre otras, además la facilitadora propone diversos ejemplos donde los alumnos opinaran sobre cuándo se debe defender los derechos como consumidor y cuando no es pertinente, de esta manera se propicia a la participación activa, el análisis y el aprendizaje.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Relajación mediante el suspiro, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones de forma recíproca.</p> | 3 | 4 | 3 |  |
| <p><b>SESIÓN 4</b></p> <p><b>SITUACIONES QUE ME ENFADAN</b></p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>      | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado y disconformidad, posterior a ello se realiza la dinámica "Cosas que me enfadan", a cada participante se le otorga un recuadro de hoja bond, donde se solicita que de forma anónima y honesta, escriba aquellas cosas que le generan enfado o disconformidades, que justamente conllevan a conductas agresivas, posterior a ello, se recolecta todas las hojas, se llenan en una caja, y de forma aleatoria se retira una por una dando lectura, junto a un debate sobre si es razonable o es ilógico, promoviendo una participación así como el análisis grupal, de esta manera la facilitadora escribirá en dos papelotes, cuales son las situaciones que generan un enfado normativo y cuáles son ilógicas, favoreciendo a una actitud analítica para su práctica en situaciones similares.</p>                                                                                                                                                                                                                                | 4 | 4 | 3 |  |



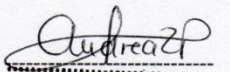
|                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |   |   |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
|                                                                                                                                                                                                                               | <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración natural completa, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |   |   |  |
| <p><b>SESIÓN 5</b></p> <p><b>MANEJO MI ENFADO</b></p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>              | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado o disconformidad, posterior a ello se realiza la dinámica "Manejo mi enfado", para lo cual se repartirá un protocolo (Anexo 01), donde se explicara que en la primera fila, tienen que describir una situación de enfado que hayan pasado, en la segunda columna, con total honestidad, la reacción que tuvieron, a continuación una apreciación de las consecuencias si actúan de forma negativa ante dicha situación y las consecuencias de ser asertivo, en la última columna se debe describir actividades alternativas para disminuir el enfado, posterior a ello se pedirá la participación de cada participante, que junto a la facilitadora, se promoverá el análisis de cada situación, finalmente en un papelote se escribirá la actividad alternativa seleccionada para el enfado, la cual debe ser funcional.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica respiración purificante, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones.</p> | 4 | 4 | 3 |  |
| <p><b>SESIÓN 6</b></p> <p><b>EJERCITO MI CONTROL DE ENFADO</b></p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado o disconformidad, en cuanto a los indicadores de una expresión disfuncional, basándose en 3 etapas, presencia de pensamientos irracionales, emociones negativas, como la ira, miedo, tristeza, entre otras, y disposición para la conducta violenta. Posterior a ello se realizará la dinámica "ejercito mi control de enfado", para a ello se forma 4 grupos que escenificaran, los dos primeros una escena de manejo del enfado según cada etapa, y a los otros 2 un escenario donde no exista este manejo funcional, posterior a ello la facilitadora interviene con preguntas como ¿Qué se debió realizar para un mejor manejo del enfado? ¿Cuál fue la situación que provoco el enfado? ¿Qué consecuencias genera un enfado sin control?, entre otras que promuevan el análisis y discusión dentro del salón, favorable para un aprendizaje significativo, mediante la experiencia.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica del molino, que permite la relajación frente a largas horas escolar. REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les</p>                 | 3 | 4 | 4 |  |



|                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |   |   |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
|                                                                                                                                                                                                                       | ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |   |   |  |
| <b>SESIÓN 7</b><br><br>IDENTIFICO LAS SITUACIONES DE RIESGO<br><br>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.      | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido al decir no y cortar interacciones, que sean de riesgo, posteriormente se realizará la dinámica identifico las situaciones de riesgo, a cada alumno se le otorga un recuadro de hoja bond, donde escribirán diversas situaciones de riesgo, que hayan vivido, escuchado o crean que lo son, posterior a ello se recolectará, para ser escritas en un papelote, para su análisis entre la facilitadora y los participantes, con preguntas como: ¿Por qué es de riesgo? ¿Qué consecuencias derivan de esta situación? ¿Por qué la agresividad es frecuente en estas situaciones?, entre otras interrogantes que tienen como objetivo promover la actitud analítica, para su posterior práctica en situaciones de riesgo, donde sea necesario un proceder conductual oportuno.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Flexión, que permite la relajación frente a la tensión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p>                                                                                                                                      | 4 | 3 | 4 |  |
| <b>SESIÓN 8</b><br><br>APRENDO A DECIR NO Y CORTAR INTERACCIONES<br><br>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján. | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a como decir no y cortar interacciones, en cuatro pasos, 1° Describir la conducta percibida como riesgosa, 2° Expresar la emoción que esta situación genera, 3° explicar por qué de esta emoción 4° Mencionar la decisión de decir no o cortar la interacción, posteriormente se realiza la dinámica "Aprendo a decir no y cortar interacciones", para ello de forma 5 grupos, a cada uno se solicite armen una escena donde se evidencia una situación de riesgo junto al desarrollo de los 4 pasos, después de la participación de cada grupo se conllevará un análisis e intervención de los demás participantes, con preguntas de la facilitadora, como: ¿si no hubieran cortado la interacción que consecuencias tendrían? ¿en el caso la otra persona no acepte cortar la interacción que podemos hacer?, entre otras que favorecen a un aprendizaje de formas para decir no y cortar interacciones.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración alternante, para la relajación frente a cefaleas.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> | 3 | 4 | 4 |  |



|                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |   |   |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
| <p><b>SESIÓN 9</b></p> <p><b>HAGO PETICIONES ASERTIVAMENTE</b></p> <p>Impulsar el hacer peticiones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>                                          | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a realizar peticiones, en 3 pasos, 1° solicitar que es aquello que se quiere 2° Explicar porque se necesita de ayuda 3° Consecuencias positivas de recibir la ayuda, luego se realizará la dinámica "Hago peticiones asertivamente", se forman 4 grupos, a los dos primeros, se solicita armen escenas donde se exprese una petición de forma asertiva, a los otros dos una petición de forma agresiva, para llevar su análisis, con preguntas como: ¿Por qué es una petición asertiva? ¿Por qué es una petición agresiva? ¿Cuáles son las consecuencias?, donde además se solicita opiniones de los demás participantes y su intervención, para lograr promover una participación activa que favorece a una actitud analítica sobre situaciones de riesgo y un aprendizaje significativo mediante la experiencia.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración natural completa e imaginación, para la relajación frente a situaciones de presión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p>                                              | 4 | 4 | 3 |  |
| <p><b>SESIÓN 10</b></p> <p><b>ESTABLEZCO RELACIONES POSITIVAS</b></p> <p>Desarrollar el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, posterior a ello se realizará la dinámica "establezco relaciones positivas", donde se formaran dos grupos, uno de hombres otro de mujeres, a cada uno se les brindará dos papelotes y un plumón, con la consiga que en uno escribirán aquellas cosas que son agradables para establecer una interacción social, y en el otro papelote aquellas acciones que les genera disconformidad o malestar, luego se realizará una exposición de cada grupo, así como su debate con preguntas tales como: ¿Por qué esa acción es agradable? ¿Por qué esa acción es desagradable? ¿a que conlleva una acción desagradable?, entre otras, que permitan delimitar los aspectos positivos y negativos según sexo para una interacción favorable, proceso que contara con la total participación de la facilitadora, para que sea realizado de forma funcional.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración tranquilizadora, en situaciones de presión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> | 4 | 4 | 3 |  |

  
 Andrea Leiva Padilla  
 PSICOLOGA  
 C.Ps.P. 29639



## EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar del programa título: **Programa de habilidades sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján**. La evaluación de dicho programa es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al área de Educación como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

|                                                                                                          |                                                                      |                        |               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------|
| Nombre del juez:                                                                                         | Maria Esther Quiroz Alvalde                                          |                        |               |
| Grado profesional:                                                                                       | Maestría ( )                                                         | Doctor (X)             |               |
| Área de Formación académica:                                                                             | Educación Inicial ( )                                                | Educación Primaria ( ) | Psicólogo (X) |
| Áreas de experiencia profesional:                                                                        | Educativa                                                            |                        |               |
| Institución donde labora:                                                                                | UCV                                                                  |                        |               |
| Tiempo de experiencia profesional en el área :                                                           | 2 a 4 años ( )                                                       | Más de 5 años (X)      |               |
| Experiencia en Investigación Psicométrica :                                                              | Trabajo(s) psicométricos realizados<br>Título del estudio realizado. |                        |               |
| Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico en estudiantes de psicología de Trujillo |                                                                      |                        |               |

### 2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

- Validar el contenido del programa de intervención.
- Juzgar la pertinencia de las actividades y técnicas de intervención de acuerdo a los objetivos diseñados por el autor (a).

### 3. DATOS DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN:

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre de la Programa :</b> | Programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Autor:</b>                  | Ps. Flores Rodríguez, Rosa Anita                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Objetivos :</b>             | <p>Promover las habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Impulsar la defensa de los propios derechos como consumidor en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Impulsar el hacer peticiones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Desarrollar el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> |
| <b>Administración:</b>         | 30 minutos por sesión                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Tiempo de aplicación:</b>   | Inicio 15 de mayo del 2019 y termino 14 de junio del 2019                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Ámbito de aplicación:</b>   | Individual y colectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |



#### 4. SOPORTE TEÓRICO

| Escala/AREA                 | Sub escala (dimensiones )                        | Definición                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>HABILIDADES SOCIALES</b> | Autoexpresión en situaciones sociales.           | Una manifestación comportamental y a la vez emocional, en escenarios de interacción, como la familia, grupo de pares, sistema educativo o comunidad, de una manera que no evidencia agresividad o ansiedad.                                                                                                                                                          |
|                             | Defensa de los propios derechos.                 | Defender los derechos como principios inalienables del ser humano, de tal manera que no permite un agravio personal o hacia terceras personas, que cumplan un papel de víctima frente a algún acto de violencia, agresión o abuso.                                                                                                                                   |
|                             | Expresión de enfado o disconformidad.            | Corresponde a una manifestación de ira, disgusto, frustración, tristeza, entre otras emociones, que se presentan ante una situación de presión, con la cual, el adolescente no se está de acuerdo, de esta manera, permite, la exteriorización del malestar, sin dañar a otras personas o bienes materiales, para proseguir con la búsqueda de soluciones oportunas. |
|                             | Decir no y cortar interacciones.                 | Hace referencia a la postura firme, sin recurrir a conductas de violencia, que transgredas u obliguen a la otra persona, asimismo caracteriza la capacidad de concluir interacciones sociales negativas, o que signifiquen un notable para l integridad física y psicológica.                                                                                        |
|                             | Hacer peticiones.                                | Permite al adolescente, pedir favores y ayuda cuando requiere del soporte de otra persona, sin que ello cause vergüenza, miedo, tristeza o desanimo, de esta manera permite el establecimiento de redes de apoyo funcional, y favorable para la toma de decisiones, así como adaptación al medio.                                                                    |
|                             | Inicia interacción positiva con el sexo opuesto. | Consiste en el establecimiento de vínculos socio afectivos con otra persona, del sexo opuesto, de tal manera que contribuye al desarrollo emocional y a la habilidad de socialización.                                                                                                                                                                               |



## 5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación, a usted le presento el PROGRAMA TITULADO “Programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.” Y SE SOLICITA QUE REALICE LA CALIFICACIÓN De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

| Categoría                                                                                                                        | Calificación                | La actividad y/o procedimientos                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CLARIDAD</b><br>El <b>actividad</b> se comprende fácilmente, es decir, el procedimiento esta adecuadamente descritos          | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> no es clara.                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas. |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | Se requiere una modificación muy específica                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.                                                                                                             |
| <b>COHERENCIA</b><br>El <b>actividad</b> tiene relación lógica con la el objetivo que se está midiendo                           | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> no tiene relación lógica con objetivo que se está midiendo                                                                                                 |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> tiene una relación tangencial con objetivo que se está midiendo                                                                                            |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | La <b>actividad</b> tiene una relación moderada objetivo que se está midiendo                                                                                                  |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> se encuentra completamente relacionado con la objetivo que se está midiendo                                                                                |
| <b>RELEVANCIA</b><br>El <b>actividad</b> es esencial o importante, es decir contribuye al desarrollo de los objetivos propuestos | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.                                                                                   |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.                                                                           |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | La <b>actividad</b> es relativamente importante.                                                                                                                               |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> es muy relevante y debe ser incluido.                                                                                                                      |

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

|                             |
|-----------------------------|
| 1 No cumple con el criterio |
| 2. Bajo Nivel               |
| 3. Moderado nivel           |
| 4. Alto nivel               |



- NOMBRE DEL PROGRAMA: Programa de habilidades sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.
- DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO: Agresividad física, Agresividad Verbal, Ira y Hostilidad

| Nombre /<br>Objetivo de la actividad                                                                                                                                                                                         | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Claridad | Coherencia | Relevancia | Observaciones/<br>Recomendaciones |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------|------------|-----------------------------------|
| <p><b>SESIÓN 1</b></p> <p>APRENDO LOS TIPOS DE EXPRESIÓN SOCIAL</p> <p>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>       | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con su presentación, a continuación, explica el propósito del programa, así como de la sesión a realizar, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la autoexpresión en situaciones sociales, englobándolas en tres, pasiva, agresiva y asertiva, posterior a ello, se realizará la dinámica "Identifico los tipos de expresión", se indica la formación de 3 grupos, a cada uno, se le brinda un plumón, un papelote y una cinta adhesiva, la consigna es la descripción como mínimo de 3 ejemplos de expresión sea pasiva, agresiva o asertiva, según la designación aleatoria, a continuación se solicita su exposición, mientras que la responsable genera interrogantes: ¿Cómo supieron que esa es una expresión agresiva, pasiva o asertiva? ¿Cuáles son las características de una expresión agresiva, pasiva o asertiva? ¿Qué consecuencias puede generar una autoexpresión agresiva, pasiva o asertiva? entre otras que promuevan la identificación y análisis conductual.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Observación de la respiración, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivos de comentarios y opiniones.</p> | 4        | 4          | 4          |                                   |
| <p><b>SESIÓN 2</b></p> <p>APRENDO A EXPRESARME EN SITUACIONES SOCIALES</p> <p>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a como es una expresión asertiva en situaciones sociales que generan conflicto, teniendo en consideración cinco pasos, 1° Expresar las emociones, 2° Expresar que cosa la generan 3° Solicitar alternativas de solución 4° Expresar alternativas de solución 5° Llegar a un acuerdo, en el caso no se logre cumplir el último paso, expresar las posibles consecuencias, posterior a ello se realiza la dinámica "Practico mi expresión asertiva", se indica</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 4        | 4          | 4          |                                   |



|                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |   |   |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
|                                                                                                                                                                                                                     | <p>la formación de 5 grupos, a cada uno se le otorga una hoja bond, donde escribirán detalladamente un ejemplo donde pongan en práctica estos 5 pasos, luego cada grupo escenificará la escena, donde es obligatorio la participación de todos, en este sentido la responsable realizará interrogante: ¿Cuál no hubiera sido una conducta asertiva? ¿Cómo lograr tener esa conducta asertiva? ¿Qué emociones se presentan en una conducta asertiva?, entre otras que propicien al aprendizaje y análisis.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica de respiración profunda, que permite el autocontrol emocional.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivos de comentarios y opiniones.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |   |   |  |
| <p><b>SESIÓN 3</b></p> <p><b>DEFIENDO MIS DERECHOS</b></p> <p>Impulsar la defensa de los propios derechos como consumidor en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a los derechos como consumidor, posterior a ello se realiza la dinámica "Cuando debo defender mis derechos", se utilizará dos papelotes, en el primero se solicitara que los alumnos escriban cuando es justo la defensa de los derechos como consumidor, y en el segundo papelote cuando es injusto, luego se conllevará el debate de cada idea junto a la intervención de la facilitadora con preguntas ¿Por qué es justo? ¿Por qué es injusto? ¿Qué harías en esta situación? Entre otras, además la facilitadora propone diversos ejemplos donde los alumnos opinaran sobre cuándo se debe defender los derechos como consumidor y cuando no es pertinente, de esta manera se propicia a la participación activa, el análisis y el aprendizaje.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Relajación mediante el suspiro, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones de forma recíproca.</p> | 4 | 4 | 4 |  |
| <p><b>SESIÓN 4</b></p> <p><b>SITUACIONES QUE ME ENFADAN</b></p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>     | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado y disconformidad, posterior a ello se realiza la dinámica "Cosas que me enfadan", a cada participante se le otorga un recuadro de hoja bond, donde se solicita que de forma anónima y honesta, escriba aquellas cosas que le generan enfado o disconformidades, que justamente conllevan a conductas agresivas, posterior a ello, se recolecta todas las hojas, se llenan en una caja, y de forma aleatoria se retira una por una dando lectura, junto a un debate sobre si es razonable o es ilógico, promoviendo una participación así como el análisis grupal, de esta manera la facilitadora escribirá en dos papelotes, cuales son las situaciones que generan un enfado</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 4 | 4 | 4 |  |



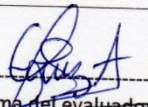
|                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |   |   |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
|                                                                                                                                                                                                                   | <p>normativo y cuáles son ilógicas, favoreciendo a una actitud analítica para su práctica en situaciones similares.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración natural completa, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |   |   |  |
| <p><b>SESIÓN 5</b></p> <p><b>NEJO MI ENFADO</b></p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paján.</p>                | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado o disconformidad, posterior a ello se realiza la dinámica "Manejo mi enfado", para lo cual se repartirá un protocolo (Anexo 01), donde se explicara que en la primera fila, tienen que describir una situación de enfado que hayan pasado, en la segunda columna, con total honestidad, la reacción que tuvieron, a continuación una apreciación de las consecuencias si actúan de forma negativa ante dicha situación y las consecuencias de ser asertivo, en la última columna se debe describir actividades alternativas para disminuir el enfado, posterior a ello se pedirá la participación de cada participante, que junto a la facilitadora, se promoverá el análisis de cada situación, finalmente en un papelote se escribirá la actividad alternativa seleccionada para el enfado, la cual debe ser funcional.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica respiración purificante, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones.</p> | 4 | 4 | 4 |  |
| <p><b>SESIÓN 6</b></p> <p><b>EJERCITO MI CONTROL DE ENFADO</b></p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paján.</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado o disconformidad, en cuanto a los indicadores de una expresión disfuncional, basándose en 3 etapas, presencia de pensamientos irracionales, emociones negativas, como la ira, miedo, tristeza, entre otras, y disposición para la conducta violenta. Posterior a ello se realizará la dinámica "ejercito mi control de enfado", para a ello se forma 4 grupos que escenificaran, los dos primeros una escena de manejo del enfado según cada etapa, y a los otros 2 un escenario donde no exista este manejo funcional, posterior a ello la facilitadora interviene con preguntas como ¿Qué se debió realizar para un mejor manejo del enfado? ¿Cuál fue la situación que provoco el enfado? ¿Qué consecuencias genera un enfado sin control?, entre otras que promuevan el análisis y discusión dentro del salón, favorable para un aprendizaje significativo, mediante la experiencia.</p>                                                                                                                                                                                                           | 4 | 4 | 4 |  |



|                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |   |   |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
|                                                                                                                                                                                                                   | <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica del molino, que permite la relajación frente a largas horas escolar. REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |   |   |   |  |
| <p><b>SESIÓN 7</b></p> <p>IDENTIFICO LAS SITUACIONES DE RIESGO</p> <p>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>      | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido al decir no y cortar interacciones, que sean de riesgo, posteriormente se realizará la dinámica identifico las situaciones de riesgo, a cada alumno se le otorgara un recuadro de hoja bond, donde escribirán diversas situaciones de riesgo, que hayan vivido, escuchado o crean que lo son, posterior a ello se recolectará, para ser escritas en un papelote, para su análisis entre la facilitadora y los participantes, con preguntas como: ¿Por qué es de riesgo? ¿Qué consecuencias derivan de esta situación? ¿Por qué la agresividad es frecuente en estas situaciones?, entre otras interrogantes que tienen como objetivo promover la actitud analítica, para su posterior practica en situaciones de riesgo, donde sea necesario un proceder conductual oportuno.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Flexión, que permite la relajación frente a la tensión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p>                                                                                                                                    | 4 | 4 | 4 |  |
| <p><b>SESIÓN 8</b></p> <p>APRENDO A DECIR NO Y CORTAR INTERACCIONES</p> <p>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a como decir no y cortar interacciones, en cuatro pasos, 1° Describir la conducta percibida como riesgosa, 2° Expresar la emoción que esta situación genera, 3° explicar por qué de esta emoción 4° Mencionar la decisión de decir no o cortar la interacción, posteriormente se realiza la dinámica "Aprendo a decir no y cortar interacciones", para ello de forma 5 grupos, a cada uno se solicite armen una escena donde se evidencia una situación de riesgo junto al desarrollo de los 4 pasos, después de la participación de cada grupo se conllevara un análisis e intervención de los demás participantes, con preguntas de la facilitadora, como: ¿si no hubieran cortado la interacción que consecuencias tendrían? ¿en el caso la otra persona no acepte cortar la interacción que podemos hacer?, entre otras que favorecen a un aprendizaje de formas para decir no y cortar interacciones.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración alternante, para la relajación frente a cefaleas.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> | 4 | 4 | 4 |  |



|                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |   |   |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
| <p><b>SESIÓN 9</b></p> <p>HAGO PETICIONES ASERTIVAMENTE</p> <p>Impulsar el hacer peticiones en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>                                        | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a realizar peticiones, en 3 pasos, 1° solicitar que es aquello que se quiere 2° Explicar porque se necesita de ayuda 3° Consecuencias positivas de recibir la ayuda, luego se realizará la dinámica "Hago peticiones asertivamente", se forman 4 grupos, a los dos primeros, se solicita armen escenas donde se exprese una petición de forma asertiva, a los otros dos una petición de forma agresiva, para llevar su análisis, con preguntas como: ¿Por qué es una petición asertiva? ¿Por qué es una petición asertiva? ¿Cuáles son las consecuencias?, donde además se solicita opiniones de los demás participantes y su intervención, para lograr promover una participación activa que favorece a una actitud analítica sobre situaciones de riesgo y un aprendizaje significativo mediante la experiencia.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración natural completa e imaginación, para la relajación frente a situaciones de presión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p>                                              | 4 | 4 | 4 |  |
| <p><b>SESIÓN 10</b></p> <p>ESTABLEZCO RELACIONES POSITIVAS</p> <p>...rollar el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, posterior a ello se realizará la dinámica "establezco relaciones positivas", donde se formaran dos grupos, uno de hombres otro de mujeres, a cada uno se les brindará dos papelotes y un plumón, con la consiga que en uno escribirán aquellas cosas que son agradables para establecer una interacción social, y en el otro papelote aquellas acciones que les genera disconformidad o malestar, luego se realizará una exposición de cada grupo, así como su debate con preguntas tales como: ¿Por qué esa acción es agradable? ¿Por qué esa acción es desagradable? ¿a que conlleva una acción desagradable?, entre otras, que permitan delimitar los aspectos positivos y negativos según sexo para una interacción favorable, proceso que contara con la total participación de la facilitadora, para que sea realizado de forma funcional.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración tranquilizadora, en situaciones de presión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> | 4 | 4 | 4 |  |

  
 Firma del evaluador  
 María E. Quiroz Alcalde  
 PSICOLOGA  
 C.Ps.P. 9953

## EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar del programa título: **Programa de habilidades sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján**. La evaluación de dicho programa es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al área de Educación como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

|                                                |                                                                      |                        |               |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------|
| Nombre del juez:                               | Lito Marino Zepeda Pereda                                            |                        |               |
| Grado profesional:                             | Maestría (X)                                                         | Doctor ( )             |               |
| Área de Formación académica:                   | Educación Inicial ( )                                                | Educación Primaria ( ) | Psicólogo (X) |
| Áreas de experiencia profesional:              | Adicciones Neuropsicología                                           |                        |               |
| Institución donde labora:                      |                                                                      |                        |               |
| Tiempo de experiencia profesional en el área : | 2 a 4 años ( )                                                       | Más de 5 años (X)      |               |
| Experiencia en Investigación Psicométrica :    | Trabajo(s) psicométricos realizados<br>Título del estudio realizado. |                        |               |

### 2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

- Validar el contenido del programa de intervención.
- Juzgar la pertinencia de las actividades y técnicas de intervención de acuerdo a los objetivos diseñados por el autor (a).



### 3. DATOS DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN:

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre de la Programa :</b> | Programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Autor:</b>                  | Ps. Flores Rodríguez, Rosa Anita                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Objetivos :</b>             | <p>Promover las habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Impulsar la defensa de los propios derechos como consumidor en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Impulsar el hacer peticiones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Desarrollar el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> |
| <b>Administración:</b>         | 30 minutos por sesión                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Tiempo de aplicación:</b>   | Inicio 15 de mayo del 2019 y termino 14 de junio del 2019                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Ámbito de aplicación:</b>   | Individual y colectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

#### 4. SOPORTE TEÓRICO

| Escala/AREA                 | Sub escala (dimensiones )                        | Definición                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>HABILIDADES SOCIALES</b> | Autoexpresión en situaciones sociales.           | Una manifestación comportamental y a la vez emocional, en escenarios de interacción, como la familia, grupo de pares, sistema educativo o comunidad, de una manera que no evidencia agresividad o ansiedad.                                                                                                                                                          |
|                             | Defensa de los propios derechos.                 | Defender los derechos como principios inalienables del ser humano, de tal manera que no permite un agravio personal o hacia terceras personas, que cumplan un papel de víctima frente a algún acto de violencia, agresión o abuso.                                                                                                                                   |
|                             | Expresión de enfado o disconformidad.            | Corresponde a una manifestación de ira, disgusto, frustración, tristeza, entre otras emociones, que se presentan ante una situación de presión, con la cual, el adolescente no se está de acuerdo, de esta manera, permite, la exteriorización del malestar, sin dañar a otras personas o bienes materiales, para proseguir con la búsqueda de soluciones oportunas. |
|                             | Decir no y cortar interacciones.                 | Hace referencia a la postura firme, sin recurrir a conductas de violencia, que transgredas u obliguen a la otra persona, asimismo caracteriza la capacidad de concluir interacciones sociales negativas, o que signifiquen un notable para la integridad física y psicológica.                                                                                       |
|                             | Hacer peticiones.                                | Permite al adolescente, pedir favores y ayuda cuando requiere del soporte de otra persona, sin que ello cause vergüenza, miedo, tristeza o desanimo, de esta manera permite el establecimiento de redes de apoyo funcional, y favorable para la toma de decisiones, así como adaptación al medio.                                                                    |
|                             | Inicia interacción positiva con el sexo opuesto. | Consiste en el establecimiento de vínculos socio afectivos con otra persona, del sexo opuesto, de tal manera que contribuye al desarrollo emocional y a la habilidad de socialización.                                                                                                                                                                               |



## 5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación, a usted le presento el PROGRAMA TITULADO “Programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.” Y SE SOLICITA QUE REALICE LA CALIFICACIÓN De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

| Categoría                                                                                                                        | Calificación                | La actividad y/o procedimientos                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CLARIDAD</b><br>El <b>actividad</b> se comprende fácilmente, es decir, el procedimiento esta adecuadamente descritos          | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> no es clara.                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas. |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | Se requiere una modificación muy específica                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.                                                                                                             |
| <b>COHERENCIA</b><br>El <b>actividad</b> tiene relación lógica con la el objetivo que se está midiendo                           | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> no tiene relación lógica con objetivo que se está midiendo                                                                                                 |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> tiene una relación tangencial con objetivo que se está midiendo                                                                                            |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | La <b>actividad</b> tiene una relación moderada objetivo que se está midiendo                                                                                                  |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> se encuentra completamente relacionado con la objetivo que se está midiendo                                                                                |
| <b>RELEVANCIA</b><br>El <b>actividad</b> es esencial o importante, es decir contribuye al desarrollo de los objetivos propuestos | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.                                                                                   |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.                                                                           |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | La <b>actividad</b> es relativamente importante.                                                                                                                               |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> es muy relevante y debe ser incluido.                                                                                                                      |

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

|                             |
|-----------------------------|
| 1 No cumple con el criterio |
| 2. Bajo Nivel               |
| 3. Moderado nivel           |
| 4. Alto nivel               |



- NOMBRE DEL PROGRAMA: Programa de habilidades sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.
- DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO: Agresividad física, Agresividad Verbal, Ira y Hostilidad

| Nombre /<br>Objetivo de la actividad                                                                                                                                                                                         | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Claridad | Coherencia | Relevancia | Observaciones/<br>Recomendaciones |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------|------------|-----------------------------------|
| <p><b>SESIÓN 1</b></p> <p>APRENDO LOS TIPOS DE EXPRESIÓN SOCIAL.</p> <p>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>      | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con su presentación, a continuación, explica el propósito del programa, así como de la sesión a realizar, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la autoexpresión en situaciones sociales, englobándolas en tres, pasiva, agresiva y asertiva, posterior a ello, se realizará la dinámica "Identifico los tipos de expresión", se indica la formación de 3 grupos, a cada uno, se le brinda un plumón, un papelote y una cinta adhesiva, la consigna es la descripción como mínimo de 3 ejemplos de expresión sea pasiva, agresiva o asertiva, según la designación aleatoria, a continuación se solicita su exposición, mientras que la responsable genera interrogantes: ¿Cómo supieron que esa es una expresión agresiva, pasiva o asertiva? ¿Cuáles son las características de una expresión agresiva, pasiva o asertiva? ¿Qué consecuencias puede generar una autoexpresión agresiva, pasiva o asertiva? entre otras que promuevan la identificación y análisis conductual.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Observación de la respiración, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivos de comentarios y opiniones.</p> | 4        | 4          | 4          |                                   |
| <p><b>SESIÓN 2</b></p> <p>APRENDO A EXPRESARME EN SITUACIONES SOCIALES</p> <p>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a como es una expresión asertiva en situaciones sociales que generan conflicto, teniendo en consideración cinco pasos, 1° Expresar las emociones, 2° Expresar que cosa la generan 3° Solicitar alternativas de solución 4° Expresar alternativas de solución 5° Llegar a un acuerdo, en el caso no se logre cumplir el último paso, expresar las posibles consecuencias, posterior a ello se realiza la dinámica "Practico mi expresión asertiva", se indica la formación de 5 grupos, a cada uno se le otorga una hoja bond, donde escribirán detalladamente un ejemplo donde pongan en práctica estos 5 pasos, luego cada grupo escenificara la escena, donde es obligatorio la participación de todos, en este sentido la responsable realizará interrogante: ¿Cuál no hubiera sido una conducta asertiva? ¿Cómo lograr tener esa conducta asertiva? ¿Qué emociones se presentan en</p>                                                                                                                                                                                                                                                                    | 4        | 4          | 4          |                                   |



|                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |   |   |                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                     | <p>una conducta asertiva?, entre otras que propicien al aprendizaje y análisis.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica de respiración profunda, que permite el autocontrol emocional.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivos de comentarios y opiniones.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |   |   |   |                                                   |
| <p><b>SESIÓN 3</b></p> <p><b>DEFIENDO MIS DERECHOS</b></p> <p>Impulsar la defensa de los propios derechos como consumidor en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a los derechos como consumidor, posterior a ello se realiza la dinámica "Cuando debo defender mis derechos", se utilizará dos papelotes, en el primero se solicitara que los alumnos escriban cuando es justo la defensa de los derechos como consumidor, y en el segundo papelote cuando es injusto, luego se conllevará el debate de cada idea junto a la intervención de la facilitadora con preguntas ¿Por qué es justo? ¿Por qué es injusto? ¿Qué harías en esta situación? Entre otras, además la facilitadora propone diversos ejemplos donde los alumnos opinaran sobre cuándo se debe defender los derechos como consumidor y cuando no es pertinente, de esta manera se propicia a la participación activa, el análisis y el aprendizaje.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Relajación mediante el suspiro, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones de forma recíproca.</p> | 3 | 3 | 3 | Continuum con la técnica de respiración profunda. |
| <p><b>SESIÓN 4</b></p> <p><b>SITUACIONES QUE ME ENFADAN</b></p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>     | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado y disconformidad, posterior a ello se realiza la dinámica "Cosas que me enfadan", a cada participante se le otorga un recuadro de hoja bond, donde se solicita que de forma anónima y honesta, escriba aquellas cosas que le generan enfado o disconformidades, que justamente conllevan a conductas agresivas, posterior a ello, se recolecta todas las hojas, se llenan en una caja, y de forma aleatoria se retira una por una dando lectura, junto a un debate sobre si es razonable o es ilógico, promoviendo una participación así como el análisis grupal, de esta manera la facilitadora escribirá en dos papelotes, cuales son las situaciones que generan un enfado normativo y cuáles son ilógicas, favoreciendo a una actitud analítica para su práctica en situaciones similares.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración natural completa, que permite el autocontrol.</p>                                                                                          | 4 | 4 | 4 |                                                   |



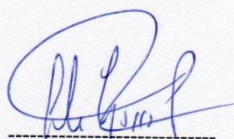
|                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |   |   |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
|                                                                                                                                                                                                            | REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |   |   |  |
| <b>SESIÓN 5</b><br><br><b>MANEJO MI ENFADO</b><br><br>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.             | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado o disconformidad, posterior a ello se realiza la dinámica "Manejo mi enfado", para lo cual se repartirá un protocolo (Anexo 01), donde se explicara que en la primera fila, tienen que describir una situación de enfado que hayan pasado, en la segunda columna, con total honestidad, la reacción que tuvieron, a continuación una apreciación de las consecuencias si actúan de forma negativa ante dicha situación y las consecuencias de ser asertivo, en la última columna se debe describir actividades alternativas para disminuir el enfado, posterior a ello se pedirá la participación de cada participante, que junto a la facilitadora, se promoverá el análisis de cada situación, finalmente en un papelote se escribirá la actividad alternativa seleccionada para el enfado, la cual debe ser funcional.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica respiración purificante, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones.</p>                                                                        | 4 | 4 | 4 |  |
| <b>SESIÓN 6</b><br><br><b>CONTROL MI CONTROL DE ENFADO</b><br><br>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján. | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado o disconformidad, en cuanto a los indicadores de una expresión disfuncional, basándose en 3 etapas, presencia de pensamientos irracionales, emociones negativas, como la ira, miedo, tristeza, entre otras, y disposición para la conducta violenta. Posterior a ello se realizará la dinámica "ejercito mi control de enfado", para a ello se forma 4 grupos que escenificaran, los dos primeros una escena de manejo del enfado según cada etapa, y a los otros 2 un escenario donde no exista este manejo funcional, posterior a ello la facilitadora interviene con preguntas como ¿Qué se debió realizar para un mejor manejo del enfado? ¿Cuál fue la situación que provoco el enfado? ¿Qué consecuencias genera un enfado sin control?, entre otras que promuevan el análisis y discusión dentro del salón, favorable para un aprendizaje significativo, mediante la experiencia.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica del molino, que permite la relajación frente a largas horas escolar. REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> | 4 | 4 | 4 |  |



|                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |   |   |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
| <p><b>SESIÓN 7</b></p> <p>IDENTIFICO LAS SITUACIONES DE RIESGO</p> <p>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>      | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido al decir no y cortar interacciones, que sean de riesgo, posteriormente se realizará la dinámica identifico las situaciones de riesgo, a cada alumno se le otorga un recuadro de hoja bond, donde escribirán diversas situaciones de riesgo, que hayan vivido, escuchado o crean que lo son, posterior a ello se recolectará, para ser escritas en un papelote, para su análisis entre la facilitadora y los participantes, con preguntas como: ¿Por qué es de riesgo? ¿Qué consecuencias derivan de esta situación? ¿Por qué la agresividad es frecuente en estas situaciones?, entre otras interrogantes que tienen como objetivo promover la actitud analítica, para su posterior práctica en situaciones de riesgo, donde sea necesario un proceder conductual oportuno.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Flexión, que permite la relajación frente a la tensión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p>                                                                                                                                      | 3 | 3 | 3 |  |
| <p><b>SESIÓN 8</b></p> <p>APRENDO A DECIR NO Y CORTAR INTERACCIONES</p> <p>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a como decir no y cortar interacciones, en cuatro pasos, 1° Describir la conducta percibida como riesgosa, 2° Expresar la emoción que esta situación genera, 3° explicar por qué de esta emoción 4° Mencionar la decisión de decir no o cortar la interacción, posteriormente se realiza la dinámica "Aprendo a decir no y cortar interacciones", para ello de forma 5 grupos, a cada uno se solicite armen una escena donde se evidencia una situación de riesgo junto al desarrollo de los 4 pasos, después de la participación de cada grupo se conllevara un análisis e intervención de los demás participantes, con preguntas de la facilitadora, como: ¿si no hubieran cortado la interacción que consecuencias tendrían? ¿en el caso la otra persona no acepte cortar la interacción que podemos hacer?, entre otras que favorecen a un aprendizaje de formas para decir no y cortar interacciones.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración alternante, para la relajación frente a cefaleas.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> | 3 | 3 | 3 |  |
| <p><b>SESIÓN 9</b></p> <p>HAGO PETICIONES ASERTIVAMENTE</p>                                                                                                                                                       | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |   |   |   |  |



|                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |   |   |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
| <p>Impulsar el hacer peticiones en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>                                                                                                             | <p>empieza con la explicación del tema referido a realizar peticiones, en 3 pasos, 1° solicitar que es aquello que se quiere 2° Explicar porque se necesita de ayuda 3° Consecuencias positivas de recibir la ayuda, luego se realizará la dinámica "Hago peticiones asertivamente", se forman 4 grupos, a los dos primeros, se solicita armen escenas donde se exprese una petición de forma asertiva, a los otros dos una petición de forma agresiva, para llevar su análisis, con preguntas como: ¿Por qué es una petición asertiva? ¿Por qué es una petición agresiva? ¿Cuáles son las consecuencias?, donde además se solicita opiniones de los demás participantes y su intervención, para lograr promover una participación activa que favorece a una actitud analítica sobre situaciones de riesgo y un aprendizaje significativo mediante la experiencia.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración natural completa e imaginación, para la relajación frente a situaciones de presión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 4 | 4 | 4 |  |
| <p><b>SESIÓN 10</b></p> <p><b>ESTABLEZCO RELACIONES POSITIVAS</b></p> <p>Desarrollar el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, posterior a ello se realizará la dinámica "establezco relaciones positivas", donde se formaran dos grupos, uno de hombres otro de mujeres, a cada uno se les brindará dos papelotes y un plumón, con la consigna que en uno escribirán aquellas cosas que son agradables para establecer una interacción social, y en el otro papelote aquellas acciones que les genera disconformidad o malestar, luego se realizará una exposición de cada grupo, así como su debate con preguntas tales como: ¿Por qué esa acción es agradable? ¿Por qué esa acción es desagradable? ¿a que conlleva una acción desagradable?, entre otras, que permitan delimitar los aspectos positivos y negativos según sexo para una interacción favorable, proceso que contara con la total participación de la facilitadora, para que sea realizado de forma funcional.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración tranquilizadora, en situaciones de presión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> | 3 | 3 | 3 |  |



Firma del evaluador

C.B.S.P : 11709.

## EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar del programa título: **Programa de habilidades sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján**. La evaluación de dicho programa es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al área de Educación como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

|                                                |                                                                      |                        |               |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------|
| Nombre del juez:                               | Sandra Sofia Izguendo Man                                            |                        |               |
| Grado profesional:                             | Maestría ( )<br>Doctor (X)                                           |                        |               |
| Área de Formación académica:                   | Educación Inicial ( )                                                | Educación Primaria ( ) | Psicólogo (X) |
| Áreas de experiencia profesional:              | Psicología Educativa                                                 |                        |               |
| Institución donde labora:                      | CJ (UPAO)                                                            |                        |               |
| Tiempo de experiencia profesional en el área : | 2 a 4 años ( )                                                       | Más de 5 años (X)      |               |
| Experiencia en Investigación Psicométrica :    | Trabajo(s) psicométricos realizados<br>Título del estudio realizado. |                        |               |

### 2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

- Validar el contenido del programa de intervención.
- Juzgar la pertinencia de las actividades y técnicas de intervención de acuerdo a los objetivos diseñados por el autor (a).



### 3. DATOS DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN:

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre de la Programa :</b> | Programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Autor:</b>                  | Ps. Flores Rodríguez, Rosa Anita                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Objetivos :</b>             | <p>Promover las habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Impulsar la defensa de los propios derechos como consumidor en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Impulsar el hacer peticiones en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> <p>Desarrollar el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> |
| <b>Administración:</b>         | 30 minutos por sesión                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Tiempo de aplicación:</b>   | Inicio 15 de mayo del 2019 y termino 14 de junio del 2019                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Ámbito de aplicación:</b>   | Individual y colectivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

#### 4. SOPORTE TEÓRICO

| Escala/AREA                 | Sub escala (dimensiones )                        | Definición                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>HABILIDADES SOCIALES</b> | Autoexpresión en situaciones sociales.           | Una manifestación comportamental y a la vez emocional, en escenarios de interacción, como la familia, grupo de pares, sistema educativo o comunidad, de una manera que no evidencia agresividad o ansiedad.                                                                                                                                                          |
|                             | Defensa de los propios derechos.                 | Defender los derechos como principios inalienables del ser humano, de tal manera que no permite un agravio personal o hacia terceras personas, que cumplan un papel de víctima frente a algún acto de violencia, agresión o abuso.                                                                                                                                   |
|                             | Expresión de enfado o disconformidad.            | Corresponde a una manifestación de ira, disgusto, frustración, tristeza, entre otras emociones, que se presentan ante una situación de presión, con la cual, el adolescente no se está de acuerdo, de esta manera, permite, la exteriorización del malestar, sin dañar a otras personas o bienes materiales, para proseguir con la búsqueda de soluciones oportunas. |
|                             | Decir no y cortar interacciones.                 | Hace referencia a la postura firme, sin recurrir a conductas de violencia, que transgredas u obliguen a la otra persona, asimismo caracteriza la capacidad de concluir interacciones sociales negativas, o que signifiquen un notable para la integridad física y psicológica.                                                                                       |
|                             | Hacer peticiones.                                | Permite al adolescente, pedir favores y ayuda cuando requiere del soporte de otra persona, sin que ello cause vergüenza, miedo, tristeza o desanimo, de esta manera permite el establecimiento de redes de apoyo funcional, y favorable para la toma de decisiones, así como adaptación al medio.                                                                    |
|                             | Inicia interacción positiva con el sexo opuesto. | Consiste en el establecimiento de vínculos socio afectivos con otra persona, del sexo opuesto, de tal manera que contribuye al desarrollo emocional y a la habilidad de socialización.                                                                                                                                                                               |



## 5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación, a usted le presento el PROGRAMA TITULADO “Programa de habilidades sociales en la agresividad de adolescentes de cuarto de secundaria de una institución educativa de Paiján.” Y SE SOLICITA QUE REALICE LA CALIFICACIÓN De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

| Categoría                                                                                                                        | Calificación                | La actividad y/o procedimientos                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CLARIDAD</b><br>El <b>actividad</b> se comprende fácilmente, es decir, el procedimiento esta adecuadamente descritos          | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> no es clara.                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas. |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | Se requiere una modificación muy específica                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.                                                                                                             |
| <b>COHERENCIA</b><br>El <b>actividad</b> tiene relación lógica con la el objetivo que se está midiendo                           | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> no tiene relación lógica con objetivo que se está midiendo                                                                                                 |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> tiene una relación tangencial con objetivo que se está midiendo                                                                                            |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | La <b>actividad</b> tiene una relación moderada objetivo que se está midiendo                                                                                                  |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> se encuentra completamente relacionado con la objetivo que se está midiendo                                                                                |
| <b>RELEVANCIA</b><br>El <b>actividad</b> es esencial o importante, es decir contribuye al desarrollo de los objetivos propuestos | 1 No cumple con el criterio | La <b>actividad</b> puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.                                                                                   |
|                                                                                                                                  | 2. Bajo Nivel               | La <b>actividad</b> tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.                                                                           |
|                                                                                                                                  | 3. Moderado nivel           | La <b>actividad</b> es relativamente importante.                                                                                                                               |
|                                                                                                                                  | 4. Alto nivel               | La <b>actividad</b> es muy relevante y debe ser incluido.                                                                                                                      |

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

|                             |
|-----------------------------|
| 1 No cumple con el criterio |
| 2. Bajo Nivel               |
| 3. Moderado nivel           |
| 4. Alto nivel               |



- NOMBRE DEL PROGRAMA: Programa de habilidades sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.
- DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO: Agresividad física, Agresividad Verbal, Ira y Hostilidad

| Nombre /<br>Objetivo de la actividad                                                                                                                                                                                         | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Claridad | Coherencia | Relevancia | Observaciones/<br>Recomendaciones |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------|------------|-----------------------------------|
| <p><b>SESIÓN 1</b></p> <p>APRENDO LOS TIPOS DE PRESIÓN SOCIAL.</p> <p>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>        | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con su presentación, a continuación, explica el propósito del programa, así como de la sesión a realizar, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la autoexpresión en situaciones sociales, englobándolas en tres, pasiva, agresiva y asertiva, posterior a ello, se realizará la dinámica "Identifico los tipos de expresión", se indica la formación de 3 grupos, a cada uno, se le brinda un plumón, un papelote y una cinta adhesiva, la consigna es la descripción como mínimo de 3 ejemplos de expresión sea pasiva, agresiva o asertiva, según la designación aleatoria, a continuación se solicita su exposición, mientras que la responsable genera interrogantes: ¿Cómo supieron que esa es una expresión agresiva, pasiva o asertiva? ¿Cuáles son las características de una expresión agresiva, pasiva o asertiva? ¿Qué consecuencias puede generar una autoexpresión agresiva, pasiva o asertiva? entre otras que promuevan la identificación y análisis conductual.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Observación de la respiración, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivos de comentarios y opiniones.</p> | 4        | 4          | 4          |                                   |
| <p><b>SESIÓN 2</b></p> <p>APRENDO A EXPRESARME EN SITUACIONES SOCIALES</p> <p>Desarrollar la autoexpresión en situaciones sociales en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a como es una expresión asertiva en situaciones sociales que generan conflicto, teniendo en consideración cinco pasos, 1° Expresar las emociones, 2° Expresar que cosa la generan 3° Solicitar alternativas de solución 4° Expresar alternativas de solución 5° Llegar a un acuerdo, en el caso no se logre cumplir el último paso, expresar las posibles consecuencias, posterior a ello se realiza la dinámica "Practico mi expresión asertiva", se indica la formación de 5 grupos, a cada uno se le otorga una hoja bond, donde escribirán detalladamente un ejemplo donde pongan en práctica estos 5 pasos, luego cada grupo escenificara la escena, donde es obligatorio la participación de todos, en este sentido la responsable realizará interrogante: ¿Cuál no hubiera sido una conducta asertiva? ¿Cómo lograr tener esa conducta asertiva? ¿Qué emociones se presentan en</p>                                                                                                                                                                                                                                                                    | 4        | 4          | 4          |                                   |



|                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |   |   |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
|                                                                                                                                                                                                                     | <p>una conducta asertiva?, entre otras que propicien al aprendizaje y análisis.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica de respiración profunda, que permite el autocontrol emocional.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivos de comentarios y opiniones.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |   |   |   |  |
| <p><b>SESIÓN 3</b></p> <p><b>DEFIENDO MIS DERECHOS</b></p> <p>Impulsar la defensa de los propios derechos como consumidor en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a los derechos como consumidor, posterior a ello se realiza la dinámica "Cuando debo defender mis derechos", se utilizará dos papelotes, en el primero se solicitará que los alumnos escriban cuando es justo la defensa de los derechos como consumidor, y en el segundo papelote cuando es injusto, luego se conllevará el debate de cada idea junto a la intervención de la facilitadora con preguntas ¿Por qué es justo? ¿Por qué es injusto? ¿Qué harías en esta situación? Entre otras, además la facilitadora propone diversos ejemplos donde los alumnos opinaran sobre cuándo se debe defender los derechos como consumidor y cuando no es pertinente, de esta manera se propicia a la participación activa, el análisis y el aprendizaje.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Relajación mediante el suspiro, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones de forma recíproca.</p> | 4 | 4 | 4 |  |
| <p><b>SESIÓN 4</b></p> <p><b>SITUACIONES QUE ME ENFADAN</b></p> <p>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>     | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado y disconformidad, posterior a ello se realiza la dinámica "Cosas que me enfadan", a cada participante se le otorga un recuadro de hoja bond, donde se solicita que de forma anónima y honesta, escriba aquellas cosas que le generan enfado o disconformidades, que justamente conllevan a conductas agresivas, posterior a ello, se recolecta todas las hojas, se llenan en una caja, y de forma aleatoria se retira una por una dando lectura, junto a un debate sobre si es razonable o es ilógico, promoviendo una participación así como el análisis grupal, de esta manera la facilitadora escribirá en dos papelotes, cuales son las situaciones que generan un enfado normativo y cuáles son ilógicas, favoreciendo a una actitud analítica para su práctica en situaciones similares.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración natural completa, que permite el autocontrol.</p>                                                                                          | 4 | 4 | 4 |  |



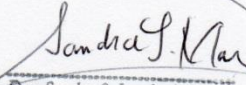
|                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |   |   |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
|                                                                                                                                                                                                      | REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |   |   |  |
| <b>SESIÓN 5</b><br><b>MANEJO MI ENFADO</b><br>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.               | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado o disconformidad, posterior a ello se realiza la dinámica "Manejo mi enfado", para lo cual se repartirá un protocolo (Anexo 01), donde se explicara que en la primera fila, tienen que describir una situación de enfado que hayan pasado, en la segunda columna, con total honestidad, la reacción que tuvieron, a continuación una apreciación de las consecuencias si actúan de forma negativa ante dicha situación y las consecuencias de ser asertivo, en la última columna se debe describir actividades alternativas para disminuir el enfado, posterior a ello se pedirá la participación de cada participante, que junto a la facilitadora, se promoverá el análisis de cada situación, finalmente en un papelote se escribirá la actividad alternativa seleccionada para el enfado, la cual debe ser funcional.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica respiración purificante, que permite el autocontrol.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones.</p>                                                                        | 4 | 4 | 4 |  |
| <b>SESIÓN 6</b><br><b>EJERCICIO MI CONTROL DE ENFADO</b><br>Favorecer la expresión de enfado o disconformidad en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján. | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a la expresión de enfado o disconformidad, en cuanto a los indicadores de una expresión disfuncional, basándose en 3 etapas, presencia de pensamientos irracionales, emociones negativas, como la ira, miedo, tristeza, entre otras, y disposición para la conducta violenta. Posterior a ello se realizará la dinámica "ejercito mi control de enfado", para a ello se forma 4 grupos que escenificaran, los dos primeros una escena de manejo del enfado según cada etapa, y a los otros 2 un escenario donde no exista este manejo funcional, posterior a ello la facilitadora interviene con preguntas como ¿Qué se debió realizar para un mejor manejo del enfado? ¿Cuál fue la situación que provoco el enfado? ¿Qué consecuencias genera un enfado sin control?, entre otras que promuevan el análisis y discusión dentro del salón, favorable para un aprendizaje significativo, mediante la experiencia.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica del molino, que permite la relajación frente a largas horas escolar. REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> | 4 | 4 | 4 |  |



|                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |   |   |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
| <p><b>SESIÓN 7</b></p> <p>IDENTIFICO LAS SITUACIONES DE RIESGO</p> <p>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>      | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido al decir no y cortar interacciones, que sean de riesgo, posteriormente se realizará la dinámica identifico las situaciones de riesgo, a cada alumno se le otorga un recuadro de hoja bond, donde escribirán diversas situaciones de riesgo, que hayan vivido, escuchado o crean que lo son, posterior a ello se recolectará, para ser escritas en un papelote, para su análisis entre la facilitadora y los participantes, con preguntas como: ¿Por qué es de riesgo? ¿Qué consecuencias derivan de esta situación? ¿Por qué la agresividad es frecuente en estas situaciones?, entre otras interrogantes que tienen como objetivo promover la actitud analítica, para su posterior práctica en situaciones de riesgo, donde sea necesario un proceder conductual oportuno.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Flexión, que permite la relajación frente a la tensión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p>                                                                                                                                      | 4 | 4 | 4 |  |
| <p><b>SESIÓN 8</b></p> <p>APRENDO A DECIR NO Y CORTAR INTERACCIONES</p> <p>Fomentar el decir no y cortar interacciones en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a como decir no y cortar interacciones, en cuatro pasos, 1° Describir la conducta percibida como riesgosa, 2° Expresar la emoción que esta situación genera, 3° explicar por qué de esta emoción 4° Mencionar la decisión de decir no o cortar la interacción, posteriormente se realiza la dinámica "Aprendo a decir no y cortar interacciones", para ello de forma 5 grupos, a cada uno se solicite armen una escena donde se evidencia una situación de riesgo junto al desarrollo de los 4 pasos, después de la participación de cada grupo se conllevara un análisis e intervención de los demás participantes, con preguntas de la facilitadora, como: ¿si no hubieran cortado la interacción que consecuencias tendrían? ¿en el caso la otra persona no acepte cortar la interacción que podemos hacer?, entre otras que favorecen a un aprendizaje de formas para decir no y cortar interacciones.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración alternante, para la relajación frente a cefaleas.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> | 4 | 4 | 4 |  |
| <p><b>SESIÓN 9</b></p> <p>HAGO PETICIONES ASERTIVAMENTE</p>                                                                                                                                                       | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |   |   |   |  |



|                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |   |   |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
| <p>Impulsar el hacer peticiones en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p>                                                                                                             | <p>empieza con la explicación del tema referido a realizar peticiones, en 3 pasos, 1° solicitar que es aquello que se quiere 2° Explicar porque se necesita de ayuda 3° Consecuencias positivas de recibir la ayuda, luego se realizará la dinámica "Hago peticiones asertivamente", se forman 4 grupos, a los dos primeros, se solicita armen escenas donde se exprese una petición de forma asertiva, a los otros dos una petición de forma agresiva, para llevar su análisis, con preguntas como: ¿Por qué es una petición asertiva? ¿Por qué es una petición asertiva? ¿Cuáles son las consecuencias?, donde además se solicita opiniones de los demás participantes y su intervención, para lograr promover una participación activa que favorece a una actitud analítica sobre situaciones de riesgo y un aprendizaje significativo mediante la experiencia.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración natural completa e imaginación, para la relajación frente a situaciones de presión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 4 | 4 | 4 |  |
| <p><b>SESIÓN 10</b></p> <p><b>ESTABLEZCO RELACIONES POSITIVAS</b></p> <p>Desarrollar el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Paiján.</p> | <p>PREPARACIÓN: La facilitadora inicia con el saludo, a continuación, explica el propósito de la sesión, para proseguir con el establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>PROPUESTA: La responsable solicita se forme una media luna con las carpetas, con dirección a la pizarra, posterior a ello empieza con la explicación del tema referido a iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, posterior a ello se realizará la dinámica "establezco relaciones positivas", donde se formaran dos grupos, uno de hombres otro de mujeres, a cada uno se les brindará dos papelotes y un plumón, con la consiga que en uno escribirán aquellas cosas que son agradables para establecer una interacción social, y en el otro papelote aquellas acciones que les genera disconformidad o malestar, luego se realizará una exposición de cada grupo, así como su debate con preguntas tales como: ¿Por qué esa acción es agradable? ¿Por qué esa acción es desagradable? ¿a que conlleva una acción desagradable?, entre otras, que permitan delimitar los aspectos positivos y negativos según sexo para una interacción favorable, proceso que contara con la total participación de la facilitadora, para que sea realizado de forma funcional.</p> <p>RELAJACIÓN: La facilitadora instruye en la realización de la técnica Respiración tranquilizadora, en situaciones de presión.</p> <p>REFLEXIÓN: ¿Qué aprendieron? ¿En qué les ayudara?, entre otras preguntas, en un intercambio positivo de comentarios y opiniones</p> | 4 | 4 | 4 |  |

  
 Dra. Sandra S. Izquierdo Main  
 PSICOLOGA  
 FIRMA DEL EVALUADOR